

MALIK BADRI

# KONTEMPLACIJA

ISLAMSKA PSIHO-DUHOVNA STUDIJA



Malik Badri

# KONTEMPLACIJA

ISLAMSKA PSIHO-DUHOVNA STUDIJA

Malik Badri

# KONTEMPLACIJA

ISLAMSKA PSIHO-DUHOVNA STUDIJA

---

## Naslov izvornika:

*Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study*, Herndon, The International Institute of Islamic Thought, 2000.

---

Copyright © 2000 The International Institute of Islamic Thought, Herndon

Prvo izdanje na bosanskom jeziku. Copyright © 2017 Centar za napredne studije

Sva izdavačka i autorska prava zadržana! Nijedan dio ove knjige ne može biti iznova objavljen, u bilo kojem obliku i na bilo koji način, uključujući fotokopiranje, bez prethodnog pismenog odobrenja izdavača, osim u svrhe kritičkih članaka i stručnih prikaza u kojima je dozvoljeno navoditi kraće odlomke. Također nije dozvoljeno pohranjivanje u elektronske baze podataka i objavljivanje djela na internetu od strane trećih lica.

## Izdavač:

Centar za napredne studije, Sarajevo

Tel.: 033 716 040; Fax: 033 716 041

Email: [cns@bih.net.ba](mailto:cns@bih.net.ba); [www.cns.ba](http://www.cns.ba)

## Za izdavača:

Ahmet Alibašić

## Preveo:

Nevres Hodžić

## Urednik:

Munir Mujić

## Lektor:

Hurija Imamović

## Dizajn korice:

Suhejb Djemaili

---

CIP - Katalogizacija u publikaciji  
Nacionalna i univerzitetska biblioteka  
Bosne i Hercegovine, Sarajevo

28-58

BADRI, Malik

Kontemplacija : islamska psiho-duhovna studija / Malik  
Badri ; s engleskog preveo Nevres Hodžić. - Sarajevo : Centar  
za napredne studije, 2017. - 162 str. ; 21 cm

Prijevod djela: *Contemplation*. - Bibliografija: str. 159-162 ;  
bibliografske i druge bilješke uz tekst.

ISBN 978-9958-022-51-7

COBISS.BH-ID 24431878

---

Malik Badri

# KONTEMPLACIJA

ISLAMSKA PSIHO-DUHOVNA STUDIJA

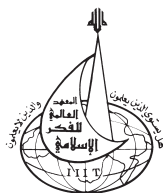
S engleskog preveo:

Nevres Hodžić



CENTAR ZA NAPREDNE STUDIJE  
CENTER FOR ADVANCED STUDIES  
S A R A J E V O

Sarajevo, 2017.



---

Ova knjiga objavljena je uz podršku Međunarodnog  
instituta za islamsku misao (IIIT).

---

# Sadržaj

Predgovor .....	7
Uvod .....	9
Uvodna riječ autora.....	15

## Glava I

<i>Kontemplacija: Moderna psihološka perspektiva</i> .....	19
Islamska kontemplacija i sekularna psihologija.....	19
Islamska kontemplacija i kognitivna revolucija .....	26
Kontemplacija i zagonetke tijela i uma .....	29
Moderna psihološka perspektiva.....	33
Jezik – glavno sredstvo komunikacije .....	35
Od spoznajne djelatnosti do usvojenih normalnih i abnormalnih navika.....	37

## Glava II

<i>Kontemplacija u djelima ranih muslimanskih učenjaka</i> .....	43
--	----

## Glava III

<i>Islamska kontemplacija i savremeni postupci meditacije</i> .....	61
---	----

## Glava IV

<i>Kur'an i kontemplacija Božijeg stvaranja</i> .....	81
Nadahnuće Božijom prirodom i Njegovim uzvišenim atributima.....	81
Podsjetnici na Božije blagodati .....	82
Opomene neumoljivim srcima .....	84
Obraćanja urođenom estetskom osjećaju .....	85
Vlastito povjerenje Svemoćnog u Njegovo stvaranje .....	86
Islamski podstrek na samokontemplaciju .....	87

## Glava V

<i>Kontemplacija kao neograničeni vid ibadeta</i> .....	93
---	----

## Glava VI

<i>Kontemplacija nevidljivog i njene granice</i> .....	97
--	----

## Glava VII

<i>Individualni nivoi kontemplacije</i> .....	109
Dubina vjere.....	109
Dubina i trajanje koncentracije .....	110
Emocionalno i mentalno stanje kontemplatora .....	112
Faktori okoline .....	113
Kulturološki utjecaj .....	114
Vjernikova informiranost	
o predmetima kontemplacije.....	116
Dobar primjer i utjecaj prijateljstva .....	117
Priroda predmeta kontemplacije .....	119
Bliskost predmeta kontemplacije .....	119

## Glava VIII

<i>Eksperimentalna nauka i religija</i> .....	125
Kosmički zakoni .....	125

## Glava IX

<i>Zaključak</i> .....	149
Bilješka o autoru .....	157
Bibliografija.....	159

## Predgovor

*Nemamo drugog znanja osim onog kome si nas poučio  
Ti! (Kur'an, 2:32)*<sup>1</sup>

Međunarodni institut za islamsku misao (IIIT) ima veliko zadovoljstvo da predstavi ovu malu ali, ipak, veoma značajnu studiju o islamskoj psihologiji. Autor, profesor Malik Badri, poznati naučnik, utro je put školi koja iz islamske perspektive nastoji predstaviti psihologiju, te je ohrabrio i inspirisao znatan broj istraživača i naučnika da učestvuju u ovom aktuelnom istraživanju.

Prvo izdanje na arapskom jeziku, *Al-Tafakkur min al-Mushāhadah ila al-Shuhūd*, objavljeno u Kairu, 1991. godine, izazvalo je veoma pozitivne reakcije, a kod naučnika, povremeno, i veoma smione primjedbe. Neki su priznali da je knjiga uveliko poboljšala njihovu praksu ibadeta<sup>2</sup> i vjeruju da će i kod drugih prouzrokovati isti efekat. Otada je knjiga štampana više puta i pozitivno je prikazana u različitim stručnim časopisima, u kojima je ocijenjena *best sellerom*. Ista se počela koristiti kao literatura na postdiplomskom studiju iz islamske psihologije i edukacije na različitim arapskim univerzitetima.

Nadamo se da će ovo englesko izdanje, sa svojom novom paradigmom i idejama, napraviti ne samo važan doprinos na polju islamizacije nauka koje se bave ponašanjem nego da će, također, privući širu pozornost i među stručnjacima generirati veći interes za analizu i daljnji razvoj ovdje prezentiranih i

---

<sup>1</sup> Svi kur'anski navodi prilikom prevođenja ove knjige na bosanski jezik preuzeti su iz Karićevog prijevoda Kur'ana (Enes Karić, *Kur'an sa prijevodom na bosanski jezik*, Bosanska knjiga, Sarajevo, 1995) - nap. prev.

<sup>2</sup> Engleska riječ *worship* (primarno – *obožavanje*), tamo gdje je kontekst zahtijevao, prevedena je kao *bogoslužje* ili *ibadet* a riječ *remembrance* (primarno – *sjećanje*) kao *zikir* – nap. prev.



razmatranih ideja i teorija. Potrebno je istaći da ova knjiga, kako je već rečeno, nije namijenjena samo stručnjacima, naučnicima i intelektualcima, već treba da ponudi interesantno i korisno štivo široj čitalačkoj publici. Namijenjena je svima koji su zainteresovani za islamski put ka što bržem, shodno potrebi modernih društava, aktueliziranju dugo zaboravljenog i zanemarivanog duhovnog aspekta svojih života.

Umjesto pisanja novog uvoda za prijevod na engleskom, smatrali smo da skraćena verzija originalnog uvoda dr. Yusufa al-Qaradawija može poslužiti kao izvrstan uvod za izdanje na engleskom jeziku.

Međunarodni institut za islamsku misao, osnovan 1981. godine, služi kao glavni centar za olakšavanje iskrenih i ozbiljnih naučnih preguća zasnovanih na islamskoj viziji, vrijednostima i principima. Njegov program istraživanja, seminara i konferencija tokom zadnjih devetnaest godina rezultirao je publikovanjem više od dvije stotine pedeset naslova na engleskom i arapskom jeziku, od kojih su mnogi prevedeni na nekoliko drugih svjetskih jezika.

Željeli bismo izraziti našu zahvalnost profesoru Maliku Badriju, koji je kroz različite etape produkcije knjige blisko saradivao s uređivačkim timom Londonskog ureda. Njegova spremnost na saradnju u vezi s raznovrsnim pitanjima, sugestijama i sitnim dopunama bila je veoma korisna.

Također želimo zahvaliti uređivačkom i izdavačkom timu Londonskog ureda i onima koji su bili direktno i indirektno uključeni u kompletiranje ove knjige: Alaxandri Grayson, Sylvii Hunt, Shiraz Khan, Sohail i Sarah Nakhlooda. Neka ih Bog nagradi, kao i autora i prevodioca, za sve njihove napore.

ANAS AL-SHAikh-ALI

Ševval 1420/januar 2000.

IIIT Prevodilački odjel, London

## Uvod

*Hvaljen neka je Allah, salavat i selam neka je na  
Njegova poslanika, na sve njegove drugove i sljedbenike*

Jedan od aktuelnih problema muslimanskog svijeta jeste njegova ovisnost o Zapadu u svim granama modernog znanja. Oni koji prosuđuju religiju po ponašanju takozvanih religioznih ljudi današnjice, razlog ovisnosti pogrešno pripisuju našoj vjeri ili njenim vrijednostima. Međutim, islamska civilizacija u prošlosti je bila jedna od najbogatijih u svijetu; univerziteti muslimanskog svijeta bili su centri znanja koji su privlačili studente i s Istoka i sa Zapada; knjige njihovih slavnih učenjaka postale su međunarodni izvori na koje se upućivalo; a arapski je odigrao fundamentalnu ulogu u prenošenju znanja. Ovaj stav potvrdili su historičari kao što su: Robert Briffault, George Sarton, Gustav le Bon i Will Durant.

Egzaktne nauke suštinski su neutralne, zato što nisu pod utjecajem rase, nacionalnosti, religije ili kulture, izuzev, možda, kada je riječ o njihovoj filozofiji i načinu na koji se uče. Međutim, humanističke i društvene nauke blisko su povezane s ljudima i na njih uveliko utječu ponašanje i veze, vrijednosti i vjerovanja ljudi. Premda neki intelektualci tvrde da su ove discipline nadkulturalne, one su, ipak, postale fundamentalno zapadne u misli i perspektivi, čak i u primjeni, pošto su nastale na Zapadu i zadovoljavaju zapadnu viziju života. Ovakvo stanje stvari predstavlja opasnost za islamsku kulturu i njene duhovne, moralne i ljudske vrijednosti, koje, u velikoj mjeri, ostaju neprimijećene.

Muslimanski stručnjaci treba da zauzmu nezavisan pravac u proučavanju ovih disciplina i da, umjesto pasivnog prihva-

tanja, usvoje stav ispitivanja i kriticizma. Obavezni su, također, istražiti bogato kulturno naslijeđe islama i crpiti znanje iz obimnog blaga pohranjenog u Kur'anu, Sunnetu i djelima istaknutih ljudi ovog ummeta. Na taj način neće samo priskrbiti nove i korisne podatke koji će im pomoći u rješavanju mnogih problema s kojima se susreću u ovim disciplinama, nego će, što je važnije, reducirati materijalizam, fanatizam i uskogrudnost koje su neke od ovih disciplina stekle.

Ne smatram da sva zapadna dostignuća u ovim disciplinama treba odbaciti i zamijeniti potpuno novim i nezavisnim poljem, jer znanje je poput lanca, u kojem svaka nova karika dolazi da pojača, ispravi ili bar poboljša drugu. Ipak, nijedno znanje nije nepogrešivo, i muslimanima treba dozvoliti da iz zapadne misli odaberu ono što odgovara njihovim normama i vjerovanjima.

Nakon što je pretrpjela velike promjene u rukama bihevi-  
orističke škole, s naprednim programima, simpozijumima, eksperimentiranjima i statistikama, psihologija je postala jedna od humanističkih nauka koje se mogu okoristiti doprinosom islamske perspektive. Takav prilaz uključio bi proučavanje ljudske duše, u njenom inherentnom potencijalu i vidljivoj ponašanju, a u svjetlu Kur'ana i Sunneta. On bi, također, inkorporirao ideje nekih istaknutih naučnika koji su spojili "svjetovno" i duhovno znanje.

Rastući broj naučnika proteklih godina doprinosa je onome što se sada naziva *islamizacija znanja*. Na polju psihologije, ovi pioniri uključuju egipatskog naučnika Muhammeda Othmana Najatija, koji je objavio knjige *Al-Qur'ān wa 'Ilm al-Nafs* (*Kur'an i psihologija*) i *Al-Hadīth wa 'Ilm al-Nafs* (*Hadis i psihologija*) i, u Sudanu, autora ove knjige, Malika Badrija, istaknutog psihologa – istraživača, naučnika i terapeuta. On je, između ostalog, ustanovio školu koja prilazi ljudskoj psihi i ponašanju sa stajališta širokogrudne islamske perspektive, spajajući

tradicionalno i savremeno znanje. Određena psihička stanja liječio je djelotvornim lijekovima koje je deducirao iz islamskih obreda, vjerovanja, morala i zakonskih presuda. Poslanik, a.s., rekao je: “Bog nije stvorio ni jednu bolest bez njenog lijeka; neki ga mogu znati, neki ne”<sup>1</sup> – izreku koja se može odnositi kako na psihičke, tako i na fizičke bolesti.

U ovom djelu, *Kontemplacija: Islamska psiho-duhovna studija (At-Tafakkur min al-Mushāhadah ila al-Shuhūd)*, Badri prilazi veoma važnom predmetu iz islamske, ali i moderne psihološke perspektive. Arapski naslov, koji se može prevesti kao Kontemplacija od percepcije do duhovne spoznaje, otkriva autorovu intenciju da napreduje od etape čulnog opažanja, temelja eksperimentalne nauke, do etape kognicije (spoznaje) i uviđanja, što se podrazumijeva u Poslanikovom, a.s, objašnjenju *ihsāna*: “To je da vjeruješ Boga znajući da, ako ti ne vidiš Njega, On vidi tebe.”<sup>2</sup>

Autor ispituje islamski nalog kontempliranja i staloženog i pravednog rasuđivanja. U Kur'anu se kaže:

*Ja vam samo savjetujem jedno: Ustajte radi Allaha, dvojica po dvojica, ili jedan po jedan, pa potom razmislite...*  
(Kur'an, 34:46)<sup>3</sup>

Profesor Badri, također, ispituje značenje i važnost kontemplacije kao jednog od vidova ibadeta. Prenosi se da je Ibn 'Abbās rekao: “Jedan sat kontemplacije bolji je nego cjelonoćno bdijenje u ibadetu.” O istom pitanju drugi autoriteti rekli su: “Jedan sat kontemplacije bolji je nego čitava godina bdijenja u ibadetu.” Kontemplacija je slobodna forma ibadeta koju,

<sup>1</sup> Hadis prenosi Abū Sa'īd al-Hākīm a zabilježen je u: Jalāl al-Dīn Suyūti, *Al-Jām'i al-Saghīr*, vol. I (Beirut: Dār al-Fikr, 1981), str. 273.

<sup>2</sup> Nevedeno u djelu Imām Zayn al-Dīn Ahmad ibn 'Abd al-Latīf al-Zubajdi, *Mukhtass Sahih al-Bukhārī*, vol. I (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1993), str. 31, hadis br. 47.

<sup>3</sup> “*Stati pred Boga*” – znači iskreno tražiti istinu; “*u parovima ili sami*” – znači slobodni od utjecaja i pritiska kolektivnog uma.

isključujući kontemplaciju samog Božanskog bića, ne ograničava ni prostor ni vrijeme, niti bilo koja vidljiva ili nevidljiva prepreka. U svom nastojanju da napravi razliku između islamske kontemplacije i drugih formi meditacije, Badri je komparira sa razmišljanjem, pogotovo transcendentnom meditacijom, koja je proteklih godina na Zapadu stekla mnoge pristalice. On, međutim, ističe da muslimani u kontempliranju sebe, cjelokupog stvaranja i Božijih zakona nadmašuju druge kontemplatore, zato što imaju veće podsticaje i nadaju se Božijoj nagradi.

U ovom djelu primjetna je autorova nakana da se oslobodi pritiska biheviorističke škole psihologije, koju je ustanovio J.B. Watson a koju odobravaju mnogi univerziteti i istraživački centri. Bihevioristička škola reducira sve ljudske intelektualne i kompleksne aktivnosti na seriju podražaja i reakcija, da bi pretvorila psihologiju u strogo eksperimentalnu nauku. Oni su čak otišli dotle da ljudska bića tretiraju kao puke instrumente koji jednostavno moraju biti izloženi izvjesnim vanjskim podražajima da bi se dobile reakcije koje istraživači očekuju. Badri kritikuje ovaj prilaz, potvrđujući ono što je poznati britanski naučnik Curil Burt rekao, da je moderna psihologija izgubila svoju pamet nakon što je izgubila i svoju dušu i svoju svijest. Nastojeći psihologiju učiniti eksperimentalnom znanošću, bihevioristi predstavljaju ljude kao bića potpuno lišena svjesnih osjećanja, kao i složene mentalne, intelektualne ili duhovne suštine.

Autor osuđuje pokušaj materijalista da preinače psihologiju u materijalnu nauku, poput fizike ili hemije, čvrsto vjerujući da se, za razliku od materije, ljudska bića ne mogu kontrolisati. Opovrgava njihovu tvrdnju da misleći um nije ništa drugo nego refleksija inherentnih promjena u hemiji mozga i njegovim elektrohemijskim reakcijama. Badri je na taj način iskoristio dostignuća kognitivne psihologije koja demantuju sve škole koje su pokušale zatvoriti ljudsko ponašanje u uski

teorijski ćorsokak, dokazujući ono što je islam već utvrdio – kontemplacija samog sebe, Božijih znakova i cjelokupnog stvaranja ima ključnu važnost za vjeru jedne individue i izvor je svakog dobrog djela.

Ova knjiga služi kao primjer koji pokazuje da humanističke nauke mogu podržavati vjeru i duhovne vrijednosti, ali i da nauka, kada je um vođen Kur'anom i Sunnetom, biva ukrašena svjetlom vjere i svjetlom Objave, kao i navodećim svjetlom razuma. Neka Bog nagradi autora za njegove napore.

YUSUF AL-QARADAWI

Doha, Qatar



## Uvodna riječ autora

Ova se knjiga u velikoj mjeri razlikuje od originala pisanog na arapskom, pošto sam ažurirao i izmijenio dio njenog sadržaja, uključujući i naslov, i dodao novi materijal, koji iznosi više od pedeset dvije stranice – gotovo polovinu njene prvotne veličine.

Pisanje za čitatelje na engleskom jeziku zahtijeva izvjesne promjene u sadržaju i stilu, zbog obaveze postizanja vjernog prijevoda Kur'ana i izreka poslanika Muhammeda, s.a.w.s.,<sup>1</sup> kao i citata divne arapske proze i poezije. Arapski je veoma bogat jezik, s riječima i izrazima koji se ne nalaze u engleskom. Ja, naprimjer, nisam mogao naći precizan ekvivalent za izvjestan broj vjerski orijentiranih arapskih termina koji opisuju suptilne emocije, kao što je *khushū'*. Ovaj termin, koji potiče od glagola *khasha 'a*, ukazuje na stanje potpune poniznosti, i to u mjeri u kojoj osoba postaje nepomična, šutljiva, bojažljiva i pokorna. Ovaj termin za muslimane sadrži osjećanja emocionalne zadivljenosti veličinom Boga pomiješane s ljubavlju, pokornošću i strahom. U arapsko-engleskim rječnicima on se često prevodi jednostavno kao "pokornost", iako je "pokornost" na arapskom *istislām*, a ne *khushū'*, pošto se osoba može u potpunosti pokoriti nekoj snažnoj sili a da je, istovremeno, ne voli ili ne cijeni njenu veličanstvenost. Može je čak i mrziti. Stoga će termin *khushū* nužno uključivati "pokornost", dok obrnuto nije moguće. Drugi primjer moguće konfuzije nastale usljed prevođenja jeste glagol *yagħbit*. On na arapskom znači priznavanje sebi da je neko drugi po nečemu bolji, uz osjećanje zavidnosti i silnu želju da

---

<sup>1</sup> (s.a.w.s.) – *Salla Allāhu 'alayhi wa sallam*, mir i blagoslov Božiji neka je na njega, kaže se kad god se spominje ime poslanika Muhammeda.



se bude poput njega, ali ne želeći ga lišiti onoga što posjeduje. Ovo se smatra korisnom emocijom. Međutim, ako su nečija osjećanja destruktivna i uključuju želju da druga osoba izgubi ono što posjeduje, onda se na arapskom koristi termin *hasad*, koji se smatra grešnom emocijom. Suptilna razlika između ovih dobrih i loših emocija ne nalazi se u engleskom jeziku, u kojem ne postoji ni jedna riječ koja izražava jednu vrstu pozitivne ljubomore, ili bar one koje nije grešna. Stoga sam morao preraditi mnoge pasaje da bih bio siguran da su moje misli ispravno predstavljene.

Termin *taffakur*, koji je centralna tema ove knjige, također nema precizan engleski prijevod. Dvije riječi koje su mu najbliže po značenju, "meditation" – meditacija i "contemplation" – kontemplacija, ne daju terminu *taffakur* njegovu istinsku islamsku, vjersku dimenziju. Kao što će čitalac kroz ovu studiju vidjeti, *tafakkur*, slično kontemplaciji i meditaciji, uključuje duboko razmišljanje i refleksiju, ali je cilj ove meditativne kontemplacije, po prirodi, nužno duhovan. To je jedna rafinirana forma ibadeta Bogu, praćena divljenjem Njegovom stvaranju u Njegovom ogromnom univerzumu. Riječi "kontemplacija" i "meditacija" često se upotrebljavaju kao sinonimi u rječnicima engleskog, premda je meditacija obično rezervisana za kontemplaciju koja za objekat ima duhovne stvari. Termin "meditacija", međutim, tako se često koristio u vezi s duhovnosti istočnih religija da njegova upotreba, u svrhu objašnjavanja *taffakura*, može voditi u zabludu. Ovo je naročito slučaj kada znamo da meditativni postupci istočnih religija imaju za cilj žrtvovanje svjesnog i trezvenog razmišljanja da bi se postigla izmijenjena stanja svijesti, dok je *tafakkur*, kao islamska forma vjerovanja – ibadet, spoznajno-duhovna aktivnost u kojoj se racionalni um, emocije i duša (duh) moraju kombinovati. Ja sam, iz tog razloga, u naslovu knjige preferirao izraz "kontemplacija" prije negoli "meditacija". Treba, također, napomenuti da su riječi kontemplacija, meditacija, refleksija, duboko razmišljanje i sl.,

bilo kad da se upotrijebe, jednostavno najadekvatniji termini koje imamo na raspolaganju da izrazimo *taffakur*.

Namjerno sam izbjegao detaljne definicije i komplikovane semantičke razlike između nekoliko drugih arapskih termina, kao što su duh (*rūh*), duša (*naḥs*) i srce (*qalb*), zato što bi to zahtijevalo posebnu knjigu za sebe i što bi udaljilo čitaoca od jednostavne poruke koju želim prenijeti. Premda se ne slažem s Gazalijevom koncepcijom prema kojoj svi ovi termini ukazuju na samo jedan duhovni entitet, kao i da različiti nazivi simboliziraju različite funkcije koje izvršava, ja sam je, i pored toga, prihvatio u ovoj knjizi.

Želim da zaključim iskazujući svoje dugovanje Uredu Međunarodnog instituta za islamsku misao (IIIT) u Khartoumu (Sudan), koji mi je dozvolio da se služim bibliotečkim izvorima u svrhu pisanja prvotnog arapskog izdanja. Naročito bih želio spomenuti direktora Abdallaha Makkija i gospođu Sittana Hamad, koja je čitavu knjigu ručno pisala dok sam joj ja diktirao, pošto 1980. god. niko od nas nije bio kompjuterski obrazovan.

Izražavam svoju zahvalnost šejhu Yusufu al-Qaradawiju, naučniku i svjetski poznatom autoru, koji me počastio prihvatajući moju molbu da napiše uvod za ovu knjigu.

Zahvalan sam Međunarodnom institutu za islamsku misao (IIIT) na odluci da moje djelo treba biti prevedeno na engleski, kao i Uredu u Londonu za njihov mukotrpan posao uređivanja i ukazivanja na reference koje sam propustio i mjesta koja je bilo potrebno razjasniti. Također sam veoma zahvalan profesoru Abdul-Vahidu Lu'lu'u, koji se latio komplikovanog zadatka prevođenja mog djela.

Na kraju, želim posvetiti ovu knjigu blaženim dušama žena koje su oblikovale moj život: mojoj majci Nafisi i mojim dvjema tetkama – Maymoonu i Sakini.

MALIK BABIKIR BADRI

Kuala Lumpur, Malaysia

Dhu al-qa'dah 1419/mart 1999.



## ***Kontemplacija: Moderna psihološka perspektiva***

### **Islamska kontemplacija i sekularna psihologija**

Razmatranje islamske kontemplacije (*tafakkur*), jedne od najuzvišenijih formi ibadeta u islamu, s aspekta moderne zapadne psihologije, sekularne i u velikoj mjeri kulturno ograničene discipline, opskrbjene pseudoznanjem i zaogrnutе prestižnim velom nauke, može se činiti prilično drskim. Međutim, pošto su muslimanski laici i većina studenata psihologije na Istoku još uvijek zaslijepljeni svim onim što im se nudi sa Zapada, našao sam važnim započeti knjigu ovim poglavljem. Nadam se da će ovo izlaganje biti od koristi muslimanskim predavačima koji još uvijek predaju islamsku etiku sa stajališta zapadnih, psihoanalitički orijentiranih udžbenika o psihologiji religije. Premda tvrde da islamiziraju psihologiju, oni, ne znajući, sekulariziraju islam. Imajući na umu da većina čitalaca ove knjige vjerovatno neće studirati modernu zapadnu psihologiju, namjerno sam uprostio svoje izlaganje. Osjećao sam, također, da bi temeljita kritika moderne psihologije s islamskog stanovišta o kontemplaciji, kao jednom vidu ibadeta, bila suviše monotona za šire čitateljstvo.

Kontemplacija kao islamska forma bogoslužja (ibadeta) može se prvo posmatrati unutar sfere recentnog interesovanja zapadne psihologije za meditativne postupke i njihovu sposobnost mijenjanja stanja svijesti. Premda islamska kontemplacija

u sebi sadržava opuštajuće koristi meditacije, kao što ćemo vidjeti kasnije, ona se, međutim, razlikuje od drugih formi meditativnih postupaka koji su derivirani iz istočnih religija, jer je njen glavni cilj više kognitivan i intelektualan. U islamskoj kontemplaciji izmijenjena stanja svijesti nisu svrha po sebi, nego je cilj dublje, uvidavno znanje o Bogu kao Stvoritelju i Obdržavatelju svemira. Stoga bi temeljita psihološka diskusija o islamskoj kontemplaciji zapala u polje kognitivne psihologije, s posebnim osvrtom na psihologiju razmišljanja.

Polje kognitivne psihologije, u svojoj nerafiniranoj formi, bilo je fokus ranih škola psihologije, prije negoli je biheviorizam postao dominantan. U tim danima psihologija se uglavnom bavila proučavanjem ljudske svijesti, njihovih osjećanja, sadržaja njihovih misli i strukture njihovih umova, gledajući na pitanje učenja samo posredstvom ovih vidika. Bihevioristička škola uvela je potpuno novi pristup, gdje se učenje moglo proučavati preko podražaja i vidljivih reakcija, postavši osnovom psihologije. Osjećaji, komponente uma i proces mišljenja smatrani su pitanjima koja se nisu mogla direktno posmatrati, a metodi koji su bili upotrebljavani za njihovo proučavanje (introspekcija, opservacija, izvještavanje o unutrašnjem doživljavanju) bili su kritizirani kao nejasni i nepouzdana i nisu se mogli kontrolisati eksperimentalnim postupcima. Prema tome, bihevioristi koji su željeli da psihologija postane egzaktna, eksperimentalna nauka, poput fizike ili hemije, ograničili su svoju aktivnost na fenomene koji se mogu posmatrati u laboratoriji, a reakcije koje se mogu mjeriti i kontrolisati postale su žiža njihovih eksperimentalnih i naučnih interesovanja. Na drugoj strani, kognitivne i emocionalne aktivnosti koje se dešavaju unutar ljudskog bića smatrane su nečim što nalikuje zatvorenoj crnoj kutiji sa sadržajem koji se ne može ispitati i za čije proučavanje, prema tome, ne treba uzalud trošiti vrijeme. Stoga je biheviorizam na ljude gledao kao na puke mašine koje će, kada se izlože specifičnim podražajima, odgovoriti reakcijama

koje istraživač može kontrolisati i predskazati. Ovakvim pristupom kontemplacija je automatski prestala biti područjem psihološkog interesovanja.

Ovu želju da se imitiraju fizičke i biološke nauke, ignorirajući duhovne i unutrašnje spoznajne aktivnosti ličnosti, nedvosmisleno je potakao J.B. Watson, osnivač bihevizma. On je naglasio da na ljude treba gledati samo kao na životinje. Oni se razlikuju od drugih životinja samo po vrstama vidljivog ponašanja koje pokazuju. Psiholozi bi, ako žele biti znanstvenici, trebali proučavati ljude na način koji se ne razlikuje od njihovog rada sa životinjama. On piše da:

(bihevizam) pokušava uraditi jednu stvar: primijeniti na eksperimentalno proučavanje čovjeka istu vrstu postupka i isti jezik opisivanja koji su mnogi istraživači našli korisnim tokom niza godina proučavanja životinja nižih od čovjeka. Vjerovali smo tada, kao što vjerujemo i sada, da je čovjek životinja različita od drugih životinja samo po vrstama ponašanja koje pokazuje.

Neosporna je činjenica da vi kao psiholog, ako hoćete da ostanete naučnik, ne smijete opisivati ponašanje čovjeka drugačijim terminima od onih koje biste upotrijebili opisujući ponašanja vola kojeg koljete.<sup>1</sup>

Pod utjecajem ove ograniče perspektive, i ohrabreni doprinosom Ivana Pavlova učenju pomoću uslovljavanja, bihevizisti su nastavili objašnjavati svaku ljudsku mentalnu i psihološku aktivnost kroz “podražaj-reakcija” odnos. Čak je i proces mišljenja objašnjen u terminima mreže “podražaj-reakcija” asocijacija i nije smatran drugačije nego monologom.

Glavni cilj ove dehumanizacije ljudi bio je u tome da se psihologija stavi u naučni kalup. Drugi značajan cilj bio je sekularizacija zapadnih nauka i njihova emancipacija od religijskih stega. S tim u vezi, Watson otvoreno žali zbog činjenice što ljudi

---

<sup>1</sup> J.B. Watson, *Behaviourism* (London: W. Norton & Co., 1970), str. ix.

odbijaju da budu klasificirani kao životinje, što naivno vjeruju da ih je Bog stvorio i da postoji život poslije smrti. On izjavljuje:

Ljudi se ne žele svrstati među druge životinje. Oni su voljni priznati da su životinje ali i da su i “nešto drugo pored toga”. To “nešto drugo” je ono što uzrokuje nevolje. Za to “nešto drugo” vezano je sve što je klasificirano kao religija, budući svijet, moral, ljubav prema djeci, roditeljima i slično.<sup>2</sup>

Iz onoga što je do sada rečeno, očigledno je da bihevizizam nepopustljivo poriče da ljudi imaju urođenu dobru ili lošu prirodu, i da ono što oni vjeruju nije niti istinito niti lažno. Poput suhog lista na vjetrovitom danu, njihova priroda, vrijednosti i vjerovanja potpuno su determinisani vanjskim podražajima. U bihevizističkoj koncepciji nema mjesta za bilo kakve globalne etičke istine ili moralne standarde. Ona, također, isključuje bilo kakvo mišljenje o ljudskoj slobodi izbora i bilo kakvo svjesno moralno ili duhovno donošenje odluka. Razgovor o kontemplaciji i unutrašnjim spoznajno-duhovnim utiscima i osjećanjima u granicama takve psihologije bio bi nepojmljiv. Čuveni britanski neurolog John Eccles potvrdio je ovu kritiku bihevizizma, govoreći da tokom duge mračne noći njegovog dominiranja,

riječi kao što su: um, svjesnost, misli, svrhe i vjerovanja smatrane su “prljavim” riječima, nedopustivim u “učtivom” filozofskom diskursu. Ironično, najveći filozofski prostakluci bili su nova klasa četveroslovnih riječi: um, suština, duša, volja (mind, self, soul, will – nap.prev.).<sup>3</sup>

Premda su druge dominantne perspektive i škole psihologije, kao što su psihoanaliza i biološka perspektiva, imale, i još uvijek imaju, oštra neslaganja s bihevizistima, one se u potpunosti slažu kada je u pitanju sekularizacija i poništavanje svjetsnog mišljenja. Klasična frejdovska psihoanaliza, naprimjer,

<sup>2</sup> J.B. Watson, *Behaviourism*

<sup>3</sup> John Eccles, *Evolution of the Brain: Creation of the self* (London: Routledge Publishers, 1991), str. 225.

ljudsko ponašanje vidi potpuno uslovljenim nečijim nesvjesnim i agresivnim nagonima. To znači da svjesne misli ljudi, njihova kontemplacija, rasuđivanje i rezoniranje nisu ništa drugo nego sporedni proizvodi dubljeg, skrivenog uma, kojeg oni nisu svjesni. Freud je religiju samu po sebi smatrao iluzijom i opsesijom za mase (masovnom opsesivnom neurozom).

Tradicionalna neuropsihijatrija, čvrsto utemeljena na “organskoj” biološkoj perspektivi, također umanjuje značaj svjesnog formiranja ideja, slobode izbora i nepromjenljivih duhovno-moralnih standarda čovjeka. Biološki determinizam, u svojoj pretjeranoj formi, tvrdi da je sve što ljudi rade, normalno ili abnormalno, u potpunosti određeno naslijeđenim genima, njihovim nervnim sistemom i urođenom biohemijom. Kao što jedan istraživač opisuje, “iza bilo koje ‘uvrnutе’ misli ili akcije stoje isto tako ‘uvrnutе’ molekule u mozgu”. Oni, teoretski, vjeruju da je način na koji ovi urođeni biološki aspekti komuniciraju s okolinom sličan programu na kompjuterskom *hard disku*: ako kojim slučajem znate sve pojedinosti i varijable, onda možete precizno predskazati buduće ponašanje dotične osobe. Konsekventno tome, dosta pažnje poklanjaju objašnjavanju ljudskog etičkog ponašanja terminima neodoljivog biološkog determinizma, iako se religija uvijek smatrala svjesnim izborom ljudi, za koji bi trebalo da snose odgovornost. Primjera radi, izvjestan broj studija pokušavao je dokazati da su promiskuitet, homoseksualnost i lezbijstvo duboko ukorijenjeni, biološki programirani nagoni i da ljude, stoga, ne bi trebalo osuđivati zbog slijeđenja instinkta, kreiranih vlastitim genima.

Ako proučavanje islamske kontemplacije s psihološkog staništa neminovno podrazumijeva svjesne, unutrašnje misli i osjećanja ljudi, onda ove tri dominantne perspektive zapadne psihologije (bihevizizam, frejdovska psihoanaliza i neuropsihijatrija) mogu ponuditi malo ili nimalo pomoći. Ustvari, dvije od ovih perspektiva ljude vide kao mehaničke tvorevine kojima dominiraju vanjski podražaji ili biološki i biohemijski



faktori a, prema trećoj, naše svjesno razmišljanje i osjećanja samo su prosta obmana naših nesvjesnih i "ja" odbrambenih mehanizama. Ne iznenađuje, stoga, da ove psihološke škole sa svojim vještačkim preuproštavanjima složenih kognitivnih aktivnosti i osjećanja, uprkos respektu koji su priskrbile sebi tokom mnogih godina, pribavljajući naučna objašnjenja za ljudsko ponašanje, nisu uspjele priuštiti zadovoljavajuće rezultate. Optimizam od prije pedeset godina iščezao je a socijalni i psihološki problemi zapadnih društava vjerovatno su jedine varijable koje su nadmašile ekonomsku inflaciju u njenom oštrom porastu. Njihov neuspjeh nije iznenađujući pošto se psihologija ljudi, sa svim svojim kompleksnim varijablama i duhovnim aspektima, nikada nije mogla reducirati na hemijske i fizičke podatke laboratorijskih eksperimenata.

Precizne discipline, kakve su fizika i hemija, napravile su zadivljujuće napredovanje, ne samo zbog dugog perioda svog historijskog razvoja, kao što nas neki psiholozi nastoje uvjeriti, nego također, što je mnogo važnije, i zbog svoje potpuno materijalne prirode. Ove dvije discipline izgradile su osnovne jedinice mjerenja i sveobuhvatne teorije da objasne ponašanje materije i energije i njihovu preciznu interakciju. Ova dva faktora materije i energije fundamentalna su, zato što bez koncepta atoma i njegovih komponenata, protona i elektrona, eksperimentalne nauke ne bi mogle postići toliko mnogo. Isto se može reći za ćeliju, osnovnu jedinicu u biologiji, kao i za gene u proučavanju naslijeđa.

U psihologiji, međutim, složena priroda ljudskog ponašanja i njegova nematerijalna priroda ne uzimaju u obzir takve glavne jedinice i osnovne koncepte. Bilo kakav pokušaj da se obori ova činjenica neizbježno će se susresti s neuspjehom i ubrzo će biti zaboravljen. Kao primjer za ilustriranje ove poteškoće možemo uzeti koncept uslovljenog refleksa, zato što je on smatran jednim od najjednostavnijih koncepata u psihologiji i bio je odobren od strane mnogih biheviorista.

Šta je *uslovljeni refleks*? Gladan pas čuje zvuk zvona i odmah mu se daje malo suhog mesa. Proces se ponavlja sve dok pas ne počne lučiti pljuvačku na sam zvuk zvona. Ovo lučenje pljuvačke na vještački podražaj – zvono – poznato je kao *uslovljeni refleks*. Uslovljavanje, također, može lahko biti primijenjeno i na ljude, kada se uče, naprimjer, da refleksivno i automatski reaguju na zablještajuće svjetlo ili zvuk zvona – treptanjem. Premda su rani muslimanski naučnici, kao što su Ibn Sina i Ghazālī, opisali ovaj fenomen, eksperimentalno ga je prvi proučio Ivan Pavlov, poznati ruski psiholog.

Učenje putem uslovljavanja može definitivno objasniti neke aspekte prostog učenja, ali ono ne može biti prihvaćeno kao ozbiljna jedinica u psihologiji, zato što se mnoga područja psihologije ne temelje na ovako prostim *podražaj-odgovor* vezama. Primjera radi, socijalna psihologija, humanistička psihologija, percepcija, učenje jezika i slična područja ne mogu se reducirati na prostu *podražaj-reakcija* paradigmatu uslovljavanja. Duboki i složeni aspekti ljudskog ponašanja također se ne mogu objasniti zakonima uslovljavanja. Kako neko, naprimjer, može objasniti *ljubav* upotrebljavajući podražaj i uslovljeni refleks. Složena priroda ovog ponašanja ne daje mjesta za ovako ekstremna fragmentiranja.

Iste poteškoće spriječile su psihologiju da formuliše jednu obuhvatniju teoriju, kao što je Ajnštajnova teorija relativiteta u fizici ili Darvinova teorije evolucije. Premda su nedavna naučna istraživanja otkrila izvjesne mane u Darvinovoj teoriji, ona još uvijek služi kao glavna i sveobuhvatna biološka teorija. Neke škole i perspektive u modernoj psihologiji, poput psihoanalize, Geštaltove psihologije i teorije učenja, pokušale su formulisati sveobuhvatnu teoriju, ali im to nije pošlo za rukom. Njihovi naponi jednostavno su postali dio historije zapadne psihologije.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Malik B. Badri, *Ilm al-Nafs min Manzūr Islāmī* (Khartoum: IIIT, 1987).

Ovi uzastopni neuspjesi očito su bili logičan ishod nerazumnih pokušaja moderne psihologije da preobrazi svoju disciplinu u eksperimentalnu nauku, zanemarujući unutrašnja osjećanja, svijest, um i mentalni proces ljudi, pošto su prethodno *odstranili* njihove duše i duhovnu suštinu. Ovom unakaženom prilazu od početka se usprotivio izvjestan broj oštroumnih naučnika, kao što je britanski psiholog Cyril Burt, za koga se često navodi da je rekao da je psihologija izgubila svoju dušu, onda um i na kraju svijest, kao da se priprema za konačnu smrt.<sup>5</sup>

### Islamska kontemplacija i kognitivna revolucija

Postoje, vjerovatno, oni koji se neće iznenaditi vidjevši krah ove iskrivljene slike ljudske vrste u modernoj psihologiji, ali će biti iznenađeni shvativši da je zapadnim psiholozima trebalo toliko dugo da je isprave. Psihologija se morala podvrgći kompletnoj revoluciji da bi bila u stanju *iznova uspostaviti* "um" i iznova otkriti njegove svjesne kognitivne aktivnosti. Ova je revolucija savremena kognitivna revolucija. Naučnici su počeli pokazivati veći interes za razmišljanje i unutrašnjospoznajne procese od sredine dvadesetog stoljeća, ali je psihologiji trebalo nekoliko decenija da prepozna površnost *podražaj-reakcija* bihevorizma i nenaučnu, iskrivljenu prirodu teorija psihoanalize. To je označilo povratak proučavanju unutrašnjih mentalnih aktivnosti koje ljudi koriste u analiziranju i klasificiranju informacija uzetih iz svoje okoline.

Ova nova perspektiva u psihologiji posebno je značajna zbog toga što pokazuje vrijednost kontemplacije i s naučnog i s religijskog aspekta. Premda se ovaj kognitivni prilaz može smatrati kao povratak ranim fazama psihologije, metode koje se upotrebljavaju dosta su naprednije i zavise od specijalno

---

<sup>5</sup> H.J. Eysenck, *Psychology is about People* (London: The Penguin Press, 1972), str. 300.

osmišljenih tehnologija za proučavanje ljudskih kognitivnih aktivnosti, posljednjih dostignuća u *neuro* nauci i, ponajviše, od kompjuterske revolucije. Specijalizirano istraživanje u ovim disciplinama jasno je pokazalo ograničenost koncepta *mehaničkog ljudskog bića*, prihvaćenog od strane bihevizma, i isti je zamijenjen konceptom o ljudskom biću kao *informatičkom procesoru*.

Kada moderni naučnici vrše poređenje ljudskog mišljenja, unutrašnjih spoznajnih i emocionalnih procesa i pamćenja s kompjuterom, oni opisuju činjenicu da ljudi primaju različite podražaje (informacije) iz svoje okoline, zatim ih kodiraju, klasificiraju i pohranjuju u svoju memoriju, kako bi ih povratili kada treba da riješe nove probleme. U ovoj prosto analogiji, primanje informacija iz okoline korespondira kucanju na tastaturi kompjutera ili nekom drugom načinu unošenja u kompjuter. Centralna jedinica za obradu podataka, sa svojim bogatim softverom, korespondira umu i njegovoj unutrašnjoj spoznajnoj aktivnosti, kao što je mišljenje ili osjećanje. Mentalni odgovori ili ponašanje koje osoba demonstrira korespondira onome što kompjuter pokazuje na svom monitoru. Kako god kompjuter različito reaguje na specifične komande napravljene na tastaturi, u skladu s posebnim softverskim programom koji se koristi, slično tome i ljudi različito reaguju na određene podražaje kojima su izloženi u svojoj okolini. Slijedeći istu logiku, kao što tačno znamo koja je vrsta softvera pohranjena u naš kompjuter, trebalo bi da se trudimo da saznamo koji je "softver" pohranjen u našim umovima jer on određuje način na koji mi mislimo, osjećamo i ponašamo se. Prema tome, ova prosta bihevizistička koncepcija u psihologiji, o ograničavanju istraživanja na podražaj koji direktno izaziva reakciju, zaobidena je.

Interesantno je primijetiti da su psihologija i druge socijalne nauke, iako nastavljaju da podržavaju sekularni, redukcionistički stav o ljudskoj prirodi, promijenile svoju sliku o ljudskom

biću u skladu s progresivnim kretanjima u tehnologiji. Ovaj kompjuterski model ljudskog bića, razumljivo, realističniji je od biheaviorističkog modela, pošto nastoji da modernoj psihologiji vrati njen "um" i "svijest". Ipak je očito da se ovim ne dostiže istinska spiritualna vizija ljudske vrste. Zapadna psihologija još uvijek je opsjednuta zastarjelom, suženom perspektivom "naučnog" modela. Osim toga, promjena paradigme u psihologiji, kao u drugim socijalnim naukama, neće izazvati istinsku revoluciju. Thomas Kuhn, filozof koji je popularizovao koncept "paradigme" i autor djela *Struktura naučne revolucije* rekao je da "razvijenije nauke imaju paradigme, ali je psihologija nema".

Ovo je očigledno istina, pošto u razvijenim naukama "promjena paradigme" rezultira istinskom revolucijom u kojoj nova paradigma obara i zamjenjuje staru, upravo kao što su Ajnštajnovе teorije u potpunosti transformirale Njutnovu fiziku. U psihologiji i drugim socijalnim naukama, nove paradigme, ako ih možemo tako nazvati, izazivaju dosta entuzijazma i privlače mnoge sljedbenike, ali ne zamjenjuju stare koje nastavljaju da preživljavaju i ponekad ponovo procvjetaju, nekoliko godina kasnije. Prema tome, kognitivna revolucija, iako izaziva značajne promjene u modernoj psihologiji, ne može se smatrati istinskom pobunom protiv ranijih koncepata.

Istinska revolucija u psihologiji doći će kada ona ponovo dobije svoju "dušu" i oslobodi se uskih naučnih i medicinskih modela za formiranje slike ljudske prirode. Interakcija bioloških, psiholoških i socio-kulturalnih faktora s ciljem stvaranja 'kompleksa' mišljenja i ponašanja ljudskog bića, kako zapadna psihologija još uvijek smatra, ne može nikada biti jednostavna kao interakcija hidrogena, oksigena i karbona koja se dešava u fotosintezi, kada biljke upotrebljavaju sunčevu energiju da bi prozvele molekule glukoze iz vode i karbon dioksida.

Čak se i revolucija kognitivne psihologije, koja je pokušala osloboditi disciplinu od njenog ograničenog prilaza, još uvijek

ograničava na ove tri (psihološku, biološku i socio-kulturalnu) komponente ljudskog ponašanja i mentalnog procesa. Također je ignorirala duhovnu komponentu, uprkos rastućem broju modernih naučnih dokaza u pogledu njene važnosti. Ograničavajući sebe na ove tri komponente, samo zato što ih je lakše definisati od duhovnog aspekta, ili jednostavno odbacujući spiritualni aspekt, zato što on proističe iz religijske vizije, moderna će psihologija ostati dvosmislena, neefikasna i zbunjena. To je poput nekoga ko očekuje formiranje glukoze procesom fotosinteze upotrebljavajući tri elementa: karbon, hidrogen i oksigen ali isključujući sunčevu energiju jednostavno zato što je ona uzvišenija i manje konkretna. Mora se, ipak, naglasiti da će čak i bez spiritualnog faktora – vjerskog faktora, i uprkos napredovanju znanja, proučavanje ovih unutrašnjih mentalnih procesa uvijek biti veoma složena oblast u kojoj podražaji i njihove reakcije, uzroci i njihove posljedice utiču jedni na druge na način koji prkosi bilo kojem sofisticiranom metodu opažanja ili mjerenja.

### Kontemplacija i zagonetke tijela i uma

Proučavanje unutrašnjeg psihološkog i mentalnog svijeta čovjeka dovodi nas licem u lice s jednim od najtežih ljudskih pitanja – kakva je veza između tijela i uma?

Odgovor na ovo pitanje mješavina je filozofskih ideja, religijskih vjerovanja, psiholoških studija, bioloških i organskih naučnoistraživačkih zaključaka o čovječanstvu, uopće, i ljudskom mozgu i nervnom sistemu, posebno. Diskutovanje o bilo kojoj pojedinosti ove teme očito prevazilazi granice ove knjige. Mi, međutim, ne možemo izbjeći glavnu kontroverzu koja je od značaja za naše istraživanje islamske kontemplacije s aspekta aktuelnih psiho-bioloških studija.

Iako znamo veoma malo o aktivnostima ljudskog mozga, materijalisti tvrde da ljudska bića ne posjeduju “um”, izuzev ako

se ova riječ koristi da označi materijalni 'mozak' unutar lobanje. Oni također tvrde da ono što mi nazivamo 'mislećim umom' nije ništa drugo nego refleksije i 'prevođenje' sitnih promjena u hemiji mozga i njegovih elektrohemijskih nervnih pulsova. Njihov je argument da se ljudsko mišljenje, i ustvari cjelokupan karakter, mijenja onda kada je mozak oštećen. Ovaj stav, sasvim jasno, podržali su bihevoristi i drugi sekularni psiholozi.

Protivnička grupa tvrdi da postoji "um" koji kontrolira mozak i, u krajnjem, ljudsko ponašanje i razmišljanje. Vođa ove grupe jeste neurolog John Eccles, dobitnik Nobelove nagrade za izvanredna istraživanja na polju nervnog sistema. Ovaj naučnik i naučnici koji podržavaju njegov stav tvrde da se njihova istraživanja o aktivnostima ljudskog mozga i nervnog sistema mogu u potpunosti objasniti jedino postojanjem "uma" i "shvatajuće duše" ili, kako kaže Eccles, "samosvjesnog uma".<sup>6</sup> Oni dalje tvrde da ovaj nematerijalni entitet u potpunosti kontrolira nervne aktivnosti i ponašanje čovjeka. Ako je mozak jedini entitet koji upravlja ljudskim kognitivnim procesima i ponašanjem, kako materijalisti tvrde, nijedna osoba ne bi mogla osporiti akciju ili odluku koju je mozak poduzeo. Jasno je, međutim, da ovo nije slučaj. Ako, naprimjer, neki muškarac dobrovoljno pristane da bude električno podražavan na motornom području cerebralne kore, on će reagovati trzanjem svoje ruke; ako mu se kaže da ne pomjera ruku, a električno podražavanje mozga bude nastavljeno, vidjet će da se ruka pomjera uprkos njegovoj odluci. Osoba podvrgnuta eksperimentu, ako bi se ovaj proces ponovio, može pokušati da zaustavi tu ruku svojom drugom rukom. Ovo se može i eksperimentalno provjeriti. Eccles dokazuje: ako jedino mozak upravlja tijelom, onda osoba koja se podvrgla eksperimentu ne bi mogla negirati ono što joj je njen mozak naredio. Kako ovo nije slučaj, šta je onda prouzrokovalo da se ruka pomjera i šta je pokušalo da

---

<sup>6</sup> Eccles, *Evolution of the Brain*.

je zaustavi? Sasvim sigurno – mozak vrši pomjeranje a um je pokušao da zaustavi ruku.

Eccles i mnogi drugi naučnici često upotrebljavaju sliku odnosa između televizijske kuće i televizijskog aparata da bi objasnili vezu između uma i mozga. Prema Ecclesu, nematerijalni, samosvjesni um neprestano osmatra, ispituje i kontrolira mozak. Ako je mozak oštećen ili ako je osoba nesvjesna, um će nastaviti da radi svoj posao, ali rezultat će zavisiti od kvaliteta i efikasnosti recepcije mozga. Slično tome, ako se na televizijskom aparatu pojavi neka greška, slika koju prenosi bit će poremećena ili će, možda, u potpunosti nestati. Stoga, reći da je mozak jedini element koji je uključen veoma je naivna koncepcija, upravo kao i vjerovanje malog djeteta da su osobe i slike koje se pojavljuju na televizijskom ekranu, ustvari, unutar televizijskog aparata. Upravo ovako izjavila je moja četverogodišnja bratišna kada sam joj rekao da je naš dragi gost Hamid Umar al-Imam onaj istaknuti šejh što svako jutro uči Kur'an na Omdurman radiju. Ona je rekla: "Ali amidža, kako tako veliki čovjek može stati u naš mali radio?"

U svojoj impresivnoj knjizi *Biće i njegov mozak* (The self and Its Brain), koju je Eccles pisao s renomiranim filozofom Karlom Popperom, autor se skoro slaže s religijskim vjerovanjem o besmrtnosti duše. On se, kao širokogrudan naučnik, koga su njegova istraživanja uvjerila u postojanje samosvjesnog uma, pita: šta se dešava ovakvom umu poslije smrti?

Naposljetku, naravno, dolazimo do konačne slike – šta se dešava pri samoj smrti? Tada sve moždane aktivnosti trajno prestaju. Samosvjesni um, koji je sve do tada imao autonomnu egzistenciju u mozgu, nalazi da mozak, koji je čitav život tako efikasno i djelotvorno osmatrao, ispitivao i kontrolirao, ne daje više nikakve poruke. Šta se, onda, dešava, krajnje je pitanje?<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Karl Popper and John Eccles, *The Self and Its Brain* (London: Routledge Publisher, 1990), str. 372.



Kao što je Eccles tvrdio, ono što se događa poslije smrti mozga krajnje je pitanje, koje i dalje neće davati mira kako naučnicima, tako i običnim ljudima – laicima. Za nas je to vječna misterija, jer je Bog odlučio da znanje o istinskoj prirodi duše i duha, njihovoj interakciji s tijelom i onim što se događa poslije smrti, mora ostati strogo čuvana tajna, nama uskraćena na ovom svijetu. Ustvari, znanje o onome što se događa poslije smrti neminovno bi otkrilo tajnu naše duše i duha i, ako bi se objelodanilo, onda bi cijelo religijsko ubjeđenje ovog života, kao mjesta kušnje, bilo učinjeno nevažnim. Poslanik Muhammed, a.s., kada je bio upitan o duši, primio je sljedeću objavu:

*I pitaju te o duši. Ti reci: "Duša je nešto od moga Gospodara, a vama je dato samo malo znanja!" (Kur'an, 17:85)*

Prema tome, znanje o istinskoj prirodi duše nedostižno je. Iz ovog razloga, islam poziva vjernike muslimane da usredsrede svoje kontemplativne napore na (ono) dokučivo. Cjelovit odgovor na ovo pitanje, stoga, ostat će uskraćen.

Neki naučnici vjeruju da je pokušaj hvatanja ukoštac s ovim problemom sa čisto biološkog aspekta vjerovatno lakši i "naučno" istinitiji od neopipljivijih filozofskih, religijskih ili psiholoških aspekata. Međutim, istina je da biološka perspektiva nije ništa manje komplikovana. Mogla bi, ustvari, biti komplikovanja pošto temeljito istraživanje u biologiji i fizici može često završiti u filozofiji i duhovnosti. U svojoj dragocjenoj knjizi *Psihobiologija uma*, W. Uttal kaže da nas sva moderna istraživanja i otkrića oko funkcionisanja ljudskog mozga nisu dovela ništa bliže rješenju problema veze između tijela i uma.<sup>8</sup> Ustvari, donijela su samo nova pitanja. Osnovna pitanja postavljena za vrijeme Aristotela, prije više od dvije hiljade godina, još uvijek čekaju na zadovoljavajuće odgovore.

<sup>8</sup> W. Uttal, *The Psychobiology of the Mind* (London: John Wiley Publishers, 1978).

## Moderna psihološka perspektiva

Druga poteškoća potaknuta savremenim biološkim istraživanjem odnosa između tijela i uma jeste uloga ljudskog srca u utjecanju na mozak i oblikovanje nervnog ponašanja. Prema intrigantnoj knjizi Josepha Pearcea *Kraj evolucije*, ljudsko je srce mnogo više od pumpne stanice. Ono je organ koji mozak čini spremnim da izvrši odgovarajuće reakcije. Neuropredajnici, koji igraju važnu ulogu u funkcionisanju mozga, pronađeni su u srcu. On kaže: "Akcije srca prethode akcijama i tijela i mozga... Mi sada znamo da srce... kontroliše i upravlja aktivnošću mozga posredstvom hormonalnih, prijenosnih, i vjerovatno, prefinjenih kvantnih energija komunikacije."<sup>9</sup>

Ako je istina ono što kaže Pearce, onda vještačko plastično srce neće biti u mogućnosti da obavlja ono što može pravo ili transplantirano srce. To bi, također, značilo da će se osoba koja primi transplantirano srce, na neki način, ponašati slično davaocu. I konačno, mora postojati neki naučni dokaz za ponuđeni nelokalizovani utjecaj ili "daljinski upravljač" srca nad mozgom i tijelom.

Što se tiče prvog stava, Pearce se poziva na autoritet Christiana Barnarda, srčanog hirurga, pionira u transplantaciji srca, koji je rekao: "Mi moramo odustati od ideje o vještačkom srcu, pošto smo ustanovili da je taj organ mnogo više nego prosta pumpna stanica."<sup>10</sup>

Za drugi iskaz Pearce potvrđuje da, iako srcem upravlja *viši* red energije (ili *duša* po islamskom vjerovanju), "vrlo često ponašanje ljudi koji imaju transplantirano srce dramatično odaje ponašanje pokojnih davalaca".<sup>11</sup> U pogledu mogućnosti nelokalizovanja, on upućuje čitaoca na ubjedljive eksperimente u

---

<sup>9</sup> J.C. Pearce, *Evolution's End* (San Francisco: Harper Collins Publishers, 1992), str. 103. i 104.

<sup>10</sup> Citirano u Pearce, *Evolution's End*, str. 103.

<sup>11</sup> Citirano u Pearce, *Evolution's End*, str. 104.

kojima se dvije ćelije uzete iz srca posmatraju kroz mikroskop. U prvom eksperimentu, u kojem su ćelije izolirane jedna od druge, one prosto fibriliraju, sve dok ne umru. Kada se, međutim, slične ćelije približe jedna drugoj, one se sinhroniziraju i kucaju jednim taktom:

One se ne moraju dodirivati – komuniciraju preko prostorne barijere... Naše srce, sastavljeno od milijardi takvih ćelija, koje funkcioniraju u potpunom suglasju, pod nadzorom je više, nelokalizovane inteligencije... Mi, s toga, imamo i fizičko srce i više “univerzalno srce” i naš pristup posljednjem je ... dramatično ovisan ... o prvom (srcu).<sup>12</sup>

Prema Pearceu, kada se nalazimo u dubokoj spiritualnoj kontemplaciji, mi se koristimo našim duhovnim – univerzalnim srcem, koje utiče na naše fizičko srce i koje komunicira s mozgom i utiče na naše kognitivne aktivnosti. Ovo je, u nekim aspektima, veoma slično stavovima Abū Hāmida al-Ghazālīja iznesenim u njegovom monumentalnom djelu *Ihyā’ ‘Ulūm al-Dīn* (*Oživljavanje vjerskih znanosti*), u kojem jasno izjavljuje da je funkcionisanje duhovnog srca (*qalb*), koje ima vlast nad središtem duše, i koje se razlikuje od našeg fizičkog ljudskog srca, povezano i rukovođeno njime (fizičkim). Možemo, prema tome, vidjeti kako se jedan biološki diskurs pretvara u religijski dijalog.<sup>13</sup>

Međutim, kako Uttal dokazuje, uprkos svim skorašnjim dostignućima u nauci i tehnologiji, mi još uvijek ne poznajemo način na koji nervni sistem daje ljudskim bićima svijest i osjećaj postojanja, što je njihov najdragocjeniji posjed. Ovo je, ja vjerujem, istinska stvar za kontempliranje i meditaciju o stvaranju i suštini same kontemplacije, u svim njenim psihološkim, duhovnim i bihevioralnim aspektima. Ova pitanja jezgrovitro je izrazio sudanski pjesnik Yūsuf Bashīr al-Tijānī, koji se obraća umu u svojoj pjesmi *Poslanici istine*:

<sup>12</sup> Citirano u Pearce, *Evolution's End*, str. 104. i 105.

<sup>13</sup> Abū Hāmid al-Ghazālī, *Ihyā’ ‘Ulūm al-Dīn* (Beirut: Dār al-Qalam, n.d.).

Gospodaru, podaj mi Svoju milost, kako je ruka  
 Tvoja oblikovala skriveni, tajanstveni talisman  
 Nazvan umom, tako Ti tebe Vječnog?  
 Ko planira i upravlja životom?  
 Gospodaru, podaj mi Svoju milost: ovaj um,  
 Ko ga je spriječio da nam bude vidljiv?  
 Njegovo postojanje, skriveno i od sebe sama,  
 Je li postalo promjenljivo u vremenu, ili je ostalo suština?  
 O umu, o obmano umska,  
 Zar nemaš bolju tvrdnju za sebe?  
 O sile koje rušite i gradite život,  
 I koje možete pretvoriti svijet u pepeo i prah.<sup>14</sup>

### Jezik – glavno sredstvo komunikacije

Uprkos kompleksnosti ovog problema, istraživanje u kognitivnoj psihologiji rezultiralo je upućenošću u mnoge tajne ljudskih unutrašnjih, intelektualnih i mentalnih aktivnosti i njihove precizne veze s jezikom. Uz pomoć savremenih kompjuterskih naučnika postalo je moguće obrazovati pojednostavljene programe u svrhu razjašnjavanja nekih metoda koje slijedi ljudski um u klasificiranju informacija. Ustanovljeno je, naprimjer, da jezik nije samo sredstvo ljudskog govora i komuniciranja, nego je također osnovni sistem koji se upotrebljava u razmišljanju. Bez zakona koji kontrolišu način na koji se opipljiva i apstraktna značenja prenose posredstvom simbola ljudi ne mogu razviti apstraktne koncepte.

Oni ne mogu upotrebljavati svoju čulnu percepciju niti imaju sposobnost da sebi predstave različite vrste iskustava koja su doživjeli u prošlosti ili da ih se prisjete tako da bi ih mogli povezati sa sadašnjosti ili da iz njih deduciraju moguća rješenja za probleme s kojima se sada suočavaju. Razmišljanje

<sup>14</sup> Yūsuf Bashīr al-Tijānī, *Dīvān Ishrāqah* (Beirut: Dār al Thaqāfah, 1972).

je, ustvari, upotrebljavanje takvih simbola posredstvom kognitivnog procesa.

Neki istraživači, poput Whorfa, koji je formulisao hipotezu "lingvističkog relativiteta", smatraju da su karakteristike govornog jezika izvjesne grupe ljudi faktor koji označava kako oni razmišljaju i kako predstavljaju sebi realnost koju žive. Struktura i drugi aspekti jezika stoga se smatraju glavnim faktorima koji određuju način na koji dato društvo sebi predstavlja svijet.

Razmotrimo pomnije ovaj stav o važnosti jezika. Ako je to u potpunosti ili bar djelimično istinito, za nas bi bilo najpo-desnije da razmotrimo karakteristike arapskog jezika, njegov utjecaj na Arape i razloge za Božanski izbor ovog jezika kao sredstva za otkrivanje Kur'ana i prenošenje poruke islama cijelom čovječanstvu. Bog u Kur'anu kaže:

*Doista Mi Kur'an objavljujemo, i doista, Mi ga čuvamo!*  
(Kur'an, 15:9).

Ovo znači da On čuva Objavu i, konsekventno tome, također, čuva arapski jezik. S tim u vezi, egipatski naučnik Abbās Mahmūd al-'Aqqād razmatra neke aspekte arapskog jezika – njegov vokabular, fonetske i fonemske aspekte:

Ljudski govorni sistem izvanredan je muzički instrument koji su Arapi, za razliku od bilo koje drevne ili moderne nacije, savršeno upotrijebili, kao što su upotrijebili i čitav fonetski domet u raspodjeli njegovog alfabeta. Ovo su, stoga, oni kvaliteti arapskog jezika koji su arapsku poeziju učinili savršenom umjetnošću, neovisnom od drugih umjetnosti.<sup>15</sup>

Prema Al-'Aqqādu, ovi kvaliteti ne nalaze se u drugim jezicima, jer je "arapska rječitost dovela ljudske govorne organe do najviše tačke, od strane ljudi ikad postignute, izražavajući sebe slovima i riječima".<sup>16</sup>

<sup>15</sup> Abbas Mahmūd al-'Aqqād, *Al-Lughah al-Shā'irah* (Cairo: Maktabat Gharīb, n.d.).

<sup>16</sup> Al-'Aqqād, *Al-Lughah al-Shā'irah*, str. 70.

U djelu *Al-Fushā – Lughat al-Qur’ān* (Klasični arapski: Jezik Qur’ana), Anwar al-Jundī spominje kvalitete arapskog jezika i njegovu važnost u propagiranju islama:

Vrlo je začuđujuće vidjeti ovaj snažni jezik (arapski) kako se razvija i dostiže stepen perfekcije usred pustinje i među nacijom nomada. On je zamijenio druge jezike bogatstvom svoga vokabulara, preciznim značenjima i savršenom strukturom. Bio je nepoznat drugim nacijama. Kada je, međutim, postao poznat, izgledao nam je tako savršeno da od tada nije pretrpio skoro nikakvu izmjenu. Govoreći o njegovim životnim fazama, može se istaći da nije imao ni djetinjstvo ni doba starosti. Jedva da o njemu išta znamo osim nenadmašnih osvajanja i pobjeda. Nijedan drugi jezik, u očima naučnika, nije bio tako potpun, bez gradacija, čuvajući svoju strukturu čistom i bez mana. Arapski jezik pokriva najprostranija područja i najudaljenije zemlje.<sup>17</sup>

### Od spoznajne djelatnosti do usvojenih normalnih i abnormalnih navika

Poslije ove digresije o važnosti jezika, kao osnovnog sistema za razmišljanje, prelazimo na istraživanje kognitivnih psihologa i kompjuterskih naučnika i na njihove pokušaje razumijevanja unutarnjih ljudskih spoznajnih aktivnosti. I jedni i drugi bave se proučavanjem ljudske sposobnosti analiziranja, klasificiranja i pohranjivanja informacija u memoriju kako bi ih ponovo mogli povratiti kada bude potrebno. Oni su uradili mnoge detaljne studije da bi ispitali načine koje ljudi koriste u razmišljanju i rješavanju problema, a onda su, koristeći ove podatke, obrazovali različite programe koji imitiraju ljudsku kognitivnu aktivnost. Neki su, čak, kreirali program koji pokušava imitirati način razmišljanja neurotičnih i društveno poremećenih osoba u njihovom prilagođavanju okolini. Ove studije razjasnile

---

<sup>17</sup> Anwar al-Jundī, *Al-Fushā: Lughat al-Qur’an* (Beirut: Dār al-Kitāb al-Lubnāni, 1982), str. 27.

su mnoge aspekte koje su bihevioristi odlučili ignorisati, (samo) zato što su mislili da je nemoguće identifikovati njihov sadržaj, kao što su proizvele i mnoge teorije i objašnjenja koja izazivaju naivni koncept “podražaj-reakcija” psihologije. One su, također, pružile priliku muslimanskim psiholozima da nauče više o važnosti kontemplacije i ibadeta, kao i popratnih unutarnjih, mentalno-kognitivnih aktivnosti. Psihoterapeuti i ugledni psiholozi iskoristili su ove kognitivne studije da objelodane ljudsko razmišljanje i osjećanja i ispituju formiranje vidljivog normalnog i abnormalnog ljudskog ponašanja.

Kao što smo ranije spomenuli, bihevioristi naglašavaju ulogu okoline kao jedinog utjecaja odgovornog za razvoj ljudske ličnosti i normalnog i abnormalnog ljudskog ponašanja. Drugačije rečeno, oni vjeruju da podražaji okoline direktno utječu na promjenu ponašanja. Kognitivni psiholozi, s druge strane, više su zauzeti značenjima koja su proizveli ovi doživljaji. Oni tvrde da doživljaj automatski ne izaziva reakciju, izuzev u slučaju refleksa, kada se ruka povlači pri dodirivanju vruće površine. Složene reakcije koje utječu na ljudske ideje, vjerovanja, voljne odluke i vidljivo složeno ponašanje polaze od prethodne konceptualizacije, emocija i iskustava koja daju značenje budućim podražajima okoline. Pojednostavljeno, riječ je o tome na koji način ljudi misle o onome što utiče na njihova vjerovanja, osjećanja i buduće ponašanje. Ako je njihovo razmišljanje usmjereno na stvaranje i Božije blagodati, vjera će im se povećati a djela i ponašanje poboljšati. Ako su fokusirani na svoja zadovoljstva i prohtjeve, bit će udaljeni od svoje vjere a ponašanje će im biti degenerisano. Na kraju, ako razmišljaju o svojim strahovima, frustracijama, neuspjesima i dosljednom pesimizmu, bit će mučeni reaktivnom depresijom i psihološkim poremećajima. Kognitivni psiholozi, stoga, usredsređuju svoju terapiju na promjenu svjesnog razmišljanja kod pacijenata, pošto je to aktivnost koja obično prethodi osjećanjima i emocionalnim reakcijama normalnih ili neurotičnih ljudi.

Drugim riječima, oni pokušavaju da promijene “softver” koji koriste njihovi umovi, pošto on daje značenje njihovim doživljajima. Ova kognitivna aktivnost (automatske misli) može biti tako brza i spontana da individua, bez temeljne analize i vježbanja, to neće ni primijetiti.

Istraživanje je pokazalo da svakoj namjernoj akciji koju vrši individua prethodi jedna unutrašnja kognitivna aktivnost. Dokazali su, također, da ljudski um ne zaustavlja ovu kognitivnu aktivnost, ni noću ni danju, bilo da su je ljudi svjesni ili ne. Klasična ilustracija ovoga jeste slučaj u kojem osoba nije kadra pronaći rješenje za neki problem, tako da ga ostavlja po strani i bavi se drugom aktivnošću, a onda joj, iznenada, rješenje problema pada na pamet bez svjesnog napora i bez bilo kakvog očekivanja. Takav poznati primjer jeste Arhimedovo iznenadno otkriće zakona o pomjeranju fluida. Također, onaj kome ne polazi za rukom da se sjeti nekog imena ili riječi iznenada će se, nakon izvjesnog vremena, toga sjetiti.

Stoga je unutrašnja kognitivna aktivnost čovjeka, bilo da je svjesna ili nesvjesna, ona koja upravlja njegovim vidljivim ponašanjem. Do ovog zaključka stigli su kognitivni psiholozi poslije niza godina istraživanja, nadmašujući mnoge škole psihologije koje su pokušavale ograničiti složeno ljudsko ponašanje na simplističke teorije. Osim toga, ova kognitivna perspektiva jasno podržava ono što je islam već utvrdio – kontemplacija, kao unutarnji, misaoni proces osnova je vjere, izvorište svakog dobrog djela.

Osim otkrića da svaka akcija počinje unutarnjom kognitivnom aktivnošću, bilo mišljenjem, pamćenjem, slikom, percepcijom ili emocijom, jasno je pokazano da se ona, kada ojača, može pretvoriti u motiv ili podstrek za akciju. Ako osoba izvršava neku motiviranu akciju više puta, onda ove unutrašnje ideje mogu lahko i spontano učiniti da to postane ukorijenjena navika. Ova navika nije nužno vještina. To može biti emocija,



duhovni osjećaj ili neki stav. Tako, naprimjer, ako kognitivni terapeut želi liječiti pacijenta koji pati od emocionalnih ili navika druge vrste, on se mora truditi da promijeni razmišljanje koje dovodi do određenog ponašanja. Ako je, naprimjer, ova navika strah od društvenih situacija, terapeut mora identifikovati razmišljanje koje uzrokuje da pacijent reaguje ovim socijalnim strahom. Ako pacijent umišlja da će izgledati smiješno ako bi morao razgovarati ili se upoznati sa strancima, ili ako bi morao održati govor pred grupom poznanika, terapeut može biti od pomoći u mijenjanju ovih negativnih misli ako mu pokaže da su one iracionalne, da nemaju utemeljenja u stvarnosti i da su pacijentova osjećanja slijepo slijedila njegovo pesimističko razmišljanje, sve dok ga nisu dovela do stepena kada su preuzela kontrolu nad njegovim ponašanjem. Kada se ove unutrašnje predstave mijenjaju, u skladu s tim mijenjat će se i ponašanje.

Ova se vrsta terapije može, također, obaviti stimuliranjem reakcija koje su suprotne negativnim idejama, iluzijama i emocijama koje proizvode naviku. U slučaju, naprimjer, straha od društvenih situacija, terapeut može stimulirati kod pacijenta opuštajući osjećaj sigurnosti i psihološkog ugođaja dok ga u isto vrijeme izlaže sve težim socijalnim situacijama (realnim ili imaginarnim).

Na drugoj strani, ako negativne navike, kao što su kockanje, konzumiranje alkohola ili odavanje izvjesnom nenormalnom seksualnom ponašanju, kod pacijenta izazivaju kakvo zadovoljstvo ili psihološku udobnost, liječenje protivmjerama navedi terapeuta da stimuliše osjećaj boli, psihološki stres i strah kada pacijent ponavlja određene negativne navike. U ovoj vrsti neugodne terapije, ovisniku o alkoholu i drogi, naprimjer, daju se injekcije (načinjene od određenih hemijskih sastojaka) koje će, kada pije alkohol, izazvati gađenje ili glavobolju. On se, čak, može izložiti i bolnim ali neškodljivim električnim udarima. Ova terapija "nagrade i kazne" poznata je kao "recipročna inhibicija" i jedna je od najuspješnijih tehnika moderne bihevioralne

terapije. Mada su je izmislili bihevioristi, razvili su je kognitivni terapeuti povezujući je s mišljenjem i svjesnim osjećanjima pacijenta. Ovaj savez aspekata bihevioralne modifikacije s posljednjim dostignućima u kognitivnoj terapiji posljednja je i najuspješnija inovacija u psihološkoj terapiji.

Kognitivna psihologija, stoga, potvrđuje da svjesno razmišljanje ljudi i unutrašnji dijalozi utječu na njihova osjećanja i emocije, kao i da formiraju njihove stavove i vjerovanja. Ukratko – mogu oblikovati njihove vrijednosti i pogled na život. Ako se diskusija prenese od kognitivne terapije emocionalno poremećenih osoba do kognitivne aktivnosti muslimana s normalnim emocijama, može se jasno vidjeti veliki utjecaj kognitivnih procesa uključenih u kontemplaciju na popravljjanje same psihe pojedinaca. Osim toga, ako se pridodaje duhovno-vjerski faktor, kao snažna kognitivna sila, u potpunosti isključena od strane moderne psihologije, može se samo zamisliti koliko značajnu promjenu islamska kontemplacija može postići u pročišćavanju duša i podizanju statusa vjernika. Muslimani putem kontemplacije mogu prečistiti vlastite unutrašnje psiho-duhovne strategije “nagrade i kazne” u svom vlastitom duhovnom razvoju. Njima ne treba ovosvjetska nagrada ili elektrošok da promijene svoje nepoželjne navike i zamijene ih vrednijim. Posvećujući svoje unutrašnje kognitivne i duhovne aspiracije kontemplaciji Božije veličanstvenosti i savršenosti, nasuprot svojoj nedosljednosti i nedostojnom ponašanju, oni će sigurno osjetiti Božiju ljubav i prefinjena stanja zadovoljstva, sreće i mira. O ovome će se detaljnije raspravljati u sljedećem poglavlju.



## *Kontemplacija u djelima ranih muslimanskih učenjaka*

U prethodnom poglavlju ukratko smo izložili i pojednostavili posljednja dostignuća psihologije na polju ljudskog mišljenja i kognitivnih aktivnosti s ciljem da ukažemo na važnost kontemplacije, kao vida ibadeta, u regulisanju ponašanja muslimana i povećavanju njihove vjere. Čim se shvatilo da razmišljanje, emocije, percepcija, imaginacija i ideje, sve zajedno, utječu na formiranje ponašanja nekog pojedinca, njegove tendencije, vjerovanja, svjesne i nesvjesne aktivnosti, dobre ili loše navike, postalo je jasno zašto Kur'an i Sunnet toliko podstiču na meditaciju i kontemplaciju stvaranja nebesa i Zemlje, pošto ispunjavaju srce i um spoznajom o veličanstvu Stvoritelja i plemenitosti Njegovih atributa. Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah izjavio je u svom znamenitom djelu *Miftāh Dār al-Sa'ādah* (Ključ za kuću blaženstva): "Duboka misao (kontemplacija) ... je početak i ključ svakog dobra... Ona je najbolja funkcija srca i najkorisnija za njega."<sup>1</sup>

Zapadnoj psihologiji trebalo je više od sedam decenija da se vrati "zdravorazumskom" priznavanju utjecaja razmišljanja i kognitivnih procesa u oblikovanju ljudskih vjerovanja, stavova i vanjskog ponašanja. Ova dostignuća nisu bila nepoznata ranim učenicima islama. Ustvari, kognitivni principi i prakse koje su tek nedavno impresionirale modernu zapadnu psihologiju

---

<sup>1</sup> Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, *Miftāh Dār al-Sa'ādah* (Rijadh: Ri'āsat al-Iftā', n.d.), str. 183.

bili su stoljećima prije poznati učenjacima kao što su Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah (također poznat i kao Ibn al-Qayyim), Al-Balkhī, Al-Ghazālī, Miskawayh i mnogim drugim. U svom remek-djelu *Masālih al-Abdān wa al-anfus* (Izdržavanje tijela i duše), Abū Zayd al-Balkhī pokazao je utjecaj kontemplacije i misli na zdravlje – činjenice koje su otkrivene tek deset stoljeća poslije njegove smrti. On je čak sugerisao da osoba treba kontemplirati i čuvati zdrave misli i osjećanja u svom umu za neočekivanu buru emocija, baš kao što, dok je zdrava, čuva pri ruci određene lijekove i medikamente za prvu pomoć u slučaju neočekivane fizičke opasnosti.<sup>2</sup>

Drugi rani muslimanski učenjaci spomenuli su važnost mišljenja, refleksija i ideja koje prolaze umom i koje se mogu preobraziti u nagone i podsticaje ostvarive u stvarnom životu. Isti se, kada se ponavljaju, pretvaraju u navike. Također su ukazivali na neprekidnu unutrašnju kognitivnu aktivnost ljudi – aktivnost koja se, kako tvrde, nikad ne prekida, svedeno da li je osoba budna ili spava. Ovi učenjaci dali su iskren savjet onima koji žele činiti dobra djela, pozivajući ih da kontrolišu svoje misli i unutrašnje ideje, da stalno zikr čine i da meditiraju i kontempliraju stvaranje nebesa i Zemlje. Kazali su, također, da osoba treba pokušati da promijeni štetne misli i ideje prije negoli se pretvore u pohotu i nagone. Samo mijenjanje nagona ili motiva lakše je nego ostavljanje nekog više puta izvršenog djela, a ostavljanje nekog djela, opet, lakše je od iskorjenjivanja neke već nastale navike. Dalje su izjavili, riječima modernih biheviorističkih terapeuta, da navike treba liječiti tako što će se individua podsticati da radi ono što im je (navikama) suprotno. Sve ovo zabilježio je Ibn al-Qayyim u *Al-Fawā'idu* (Duhovne koristi) tako detaljno kao da je upoznat sa posljednjim dostignućima moderne kognitivne psihologije.

<sup>2</sup> Abū Zayd al-Balkhī, *Maṣāliḥ al-Abdān wa al-Anfus*, MS 3741 (Istanbul: Ayasofya library). Reproducira Institut za arapsko-islamske znanosti, Frankfurt A.M., 1984.

Ibn al-Qayyim u ovom djelu izričito kaže da svaka ljudska aktivnost počinje mišlju, skrivenim govorom ili unutrašnjim dijalogom, za koji on upotrebljava arapsku riječ – *khawāṭir*. Riječ *khawāṭir* množina je od riječi *khaṭīrah*, što znači stalna, unutrašnja, skrivena refleksija, utisak ili misao koja može biti i prolazna. Moderni kognitivni psiholozi mogu usporediti ovu ideju s idejom “automatskih misli”, za koju kognitivni terapeut Aaron Beck tvrdi da je otkrivena 1970. U svojoj poznatoj knjizi *Kognitivna terapija i emocionalna oboljenja*, on posvećuje šest stranica odjeljku naslovljenom “Otkrivanje automatskih misli” da opiše kako je stigao do ovog “otkrića”.<sup>3</sup>

Nakon opisivanja ove kognitivne koncepcije, Ibn al-Qayyim подробно govori o egzaktnom procesu pomoću kojeg se nestalne misli, naročito negativne, pretvaraju u ljudska djela i vidljivo ponašanje. On upozorava da se pohotljive, grešne ili emocionalno štetne *khaṭīrah*, ako ih dotična osoba prihvati i ne provjeri, mogu razviti u jake emocije ili pohotu (*shahwah*). Ovo osjećanje, ako se njeguje i smatra se pouzdanim, može polučiti tako mnogo kognitivne snage da se pretvara u nagon ili pobudu na određenu akciju. Ako se ovaj impulsivni nagon ili emocionalna motivacija ne neutralizira suprotnom emocijom ili odupirućim nagonom, u stvarnosti će se realizovati kao vidljivo ponašanje. Štaviše, ovakvo ponašanje, ako mu se ne suprotstavlja, bit će opetovano tako često dok ne postane navika. S tim u vezi, Ibn al-Qayyim je vjerovao da emocionalne, fizičke i kognitivne navike slijede isti obrazac – vjeru, što je izrazito slično modernom prilazu kognitivnih psihologa. On, također, u svom *Al-Fawā'idu*, detaljno govori o različitim pravicima pomoću kojih se prolazne refleksije pretvaraju u stvarno ponašanje i utvrđene stavove:

Treba znati da je početak svakog voljnog djela *khawāṭir* i *wasāwis* (*wasāwis* je množina od *waswasah* što znači skriveni

<sup>3</sup> Aaron T. Beck, *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders* (New York: New American Library, 1976), str. 29-35.

šapat. Upotrebljava se u Kur'anu da opiše unutrašnje šejtansko iskušenje: *yuwaswisu fī šudūri al-nās*. Ove *khawāṭir* i *wasāwis* (misli) vode svjesnom razmišljanju. Razmišljanje će, zatim, biti preneseno ili pohranjeno u memoriju a ona (memorija) će ga transformisati u volju ili motiv koji će se u stvarnom životu realizovati kao djelo. Ponavljanje tog djela vodi snažnoj navici. Tako je odstranjivanje emocionalne ili pohotljive navike lakše u ranoj fazi nego kada ona ojača.<sup>4</sup>

On, prema tome, savjetuje muslimane da vode sretan i pravedan život boreći se protiv negativnih *khawāṭir* i *wasāwis* unutrašnjih, prolaznih misli, prije negoli se pretvore u emocije ili nagone. Jednostavnije je kontrolisanje prolazne misli od borbe protiv nogona, kao što je lakše, oponirajućom pobudom, oduprijeti se nagonu, nego mijenjati ponašanje, nakon što je ono u stvarnosti demonstrirano. Lakše je, opet, suzdržati se od djela, urađenog jednom ili više puta, negoli čekati da se ono pretvori u naviku.

Osim toga, Ibn al-Qayyim daje dobar opis unutrašnje, kognitivne aktivnosti i upozorava čitaoca da Bog nije podario ljudskom rodu sposobnost potpunog iskorjenjivanja prolaznih misli i refleksija, zato što im se, poput disanja, ne može odoliti. Međutim, mudra osoba, koja ima jaku vjeru u Boga, zna prihvatiti dobre *khawāṭir* (misli) i izbjeći loše i potencijalno štetne. Bog je, kako kaže, stvorio ljudski um takvim da veoma podsjeća na rotirajući vodenički kamen koji se nikad ne zaustavlja, bilo danju ili noću, nego se neprestano okreće, uvijek trebajući nešto za mljevenje. Ljudi koji snabdijevaju svoje umove pozitivnim mislima i duhovnom kontemplacijom slični su onima koji stavljaju u mlinove kukuruz i pšenicu, proizvodeći dobro brašno. Međutim, vodeničko kamenje većine ljudi melje zemlju i kamenje. Kada dođe vrijeme "pravljenju hljeba" (budući svijet), svi će znati šta su svojim mlinovima mljeli.

<sup>4</sup> Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, *Al-Fawā'id* (Beirut: Dār al- Nafā'is, 1981), str. 173.

Ibn al-Qayyim, zatim, izjavljuje da su ljudske akcije i radnje ispravne samo kada unutrašnje i kontemplativne misli nastaju iz bliske duhovne veze s Bogom. On piše:

Ove (kognitivne) etape ispravne su kada su ideje i misli ispravne, a izopačene su ako su ideje i misli izopačene. One su ispravne dokle god su usmjerene prema svom Gospodaru i Bogu, žudeći za Njim i težeći Njegovom zadovoljstvu. Sve-moćni je izvor sveg zdravlja i upute. Njegova milost prema robovima izvor je pravednosti, kao što je i Njegova zaštita izvor sigurnosti. Kada se rob Svemoćnog udaljava i izbjegava svog Gospodara – skreće na put propasti.<sup>5</sup>

Ovaj diskurs može se čitati kao rezime moderne bihevioralno-kognitivne terapije u modernim udžbenicima psihologije, uz dodatak duhovno-vjerske dimenzije, koja je odsutna u modernoj sekularnoj psihologiji. Mnoga literatura ranih muslimanskih učenjaka zasnovana je na znanju crpljenom iz Kur'ana i Sunneta a koje je uspješno pretočeno u korisne psihološke principe.

Kako je prethodno objašnjeno, moderna bihevioralna i kognitivna terapija ustanovile su činjenicu da se najuspješnije liječenje psiholoških i emocionalnih poremećaja ogleda u podsticanju pacijenata na evociranje misli i osjećanja smirenosti, kao i u pomaganju u postepenom mijenjanju njihove nepoželjne navike, kao što se radi u recipročnoj inhibiciji – metodu terapije koji je Ibn al-Qayyim također spomenuo, stoljećima ranije. Ova uspješna bihevioralna i kognitivna terapija, koja ovisi o dubini misli i imaginacije pacijenata, također ovisi i o njihovoj sposobnosti kontempliranja. Ovo je posebno očigledno u jednom od najuspješnijih načina modernog liječenja, poznatom kao *sistematska desenzitizacija*, u kojoj se pacijentima savjetuje da se opuste i zamisle sebe u nekom divnom pejzažu, kao što je obala ili zelenilo s tekućom rijekom. Dok su u ovoj ugodnoj, mirnoj meditaciji, podstiču se da predstave sebi situacije koje

---

<sup>5</sup> Ibn al-Qayyim, *Al-Fawā'id*.



su prouzrokovale njihove emocionalne probleme. Tretman se ponavlja sve dok mirna osjećanja psihološki ne “nadvladaju” izazvanu zabrinutost. Ustvari, ono što je nazvano *sistematskom desenzitizacijom* pogodnije bi bilo označiti kao *kontemplaciona terapija*.

Al-Ghazālī je značajno doprinio teoretskim aspektima terapija kontemplacije, ali se također posvetio i njihovim praktičnim aspektima davanjem nekoliko realističnih primjera. U *Ihyā' Ulūm al-Dīnu*, on kaže da musliman koji se želi držati lijepog ponašanja prvo mora promijeniti svoje ideje o samom sebi, kao i predstaviti sebe u željenom stanju. Nakon toga postepeno mora usvajati dobre manire sve dok ne postanu dio njega. Al-Ghazālī tvrdi da je međusobno djelovanje psihološkog aspekta i praktičnog ponašanja neizbježno. Jednom kad se pojedinac ponaša na izvjestan način, makar se pretvarao u tome što radi, efekat tog ponašanja reflektovati će se na njegovo mišljenje i emocije, a kada se mišljenje i emocije mijenjaju, i njegovo vidljivo ponašanje i držanje će se, također, mijenjati. On opisuje ovaj proces na sljedeći način:

Lijepo ponašanje može se steći, prije svega, praksom pretvaranja ili preuzimanja djela koja potiču iz tog ponašanja, sve dok, konačno, ne postanu dio nečije prirode. Ovo je jedno od čuda relacije između srca i tjelesnih organa, odnosno, između duše i tijela. Svaka osobina koja se javlja u srcu imat će utjecaj na organe, tako da će oni funkcionisati u skladu s tom osobinom. Također, efekat svakog djela koje potiče od organa stiže do srca. Ovo se nastavlja unedogled.

On, također, spominje terapijsku vrijednost kombinovanog liječenja koje koristi oponirajuću stimulaciju s postepenim prilazom utemeljenim na unutrašnjoj spoznaji. Koristeći jasne riječi i precizne, opipljive primjere s ciljem usporedbe tijela i duše, kao da rezimira posljednja dostignuća kognitivno-bihevioralne terapije, on piše:

Pošto se bolest koja zamjenjuje zdravlje tijela može jedino liječiti svojom suprotnošću, slično liječenju toplote hladnoćom i hladnoće toplotom, tako se i porok, koji je bolest srca, liječi svojom suprotnošću. Bolest neznanja liječi se učenjem, gramzivost darežljivošću, gordost poniznošću, pohlepa samoodricanjem i sve druge, pretpostavljajući im oprečne...

Interesantan aspekt ove vježbe primjetan je kada učenik ne želi odustati od ozbiljnog prekršaja ili prezrenog djela, direktno mu pretpostavljajući suprotnost. Rješenje je da ga šejh vodi od uveliko nepoželjne navike drugoj, manje nepoželjnoj. Ovo je slično nekome ko urinom sapire mrlju krvi sa svoje košulje, onda kada voda ne može sprati krv, a onda urin pere vodom.<sup>6</sup>

Al-Ghazālī, potom, navodi primjer čovjeka koji se žalio na svoju plahu narav i izljeve gnjeva. Isti je svoje ponašanje postepeno počeo ukrašavati strpljivošću, kao i mijenjati svoje reakcije i emocije razmišljanjem i kontemplacijom kombinovanom s trenutnim životnim navikama. On je otišao tako daleko "...plaćajući nekom čovjeku da ga vrijeđa pred ljudima a on sam nastojao je biti strpljiv i kontrolisati svoju ljutnju umirujući sebe zikrom i kontemplacijom, sve dok strpljenje nije bilo dio njegove prirode i dok nije postao poslovičan u tom pogledu".<sup>7</sup>

Ovaj primjer pokazuje da su kontemplacija i prateći zikr osnova za pozitivne promjene koje musliman može ostvariti u sebi, kao i da bez ovih promjena modifikacija navika i ponašanja ne bi bila izvodiva. Zbog toga Al-Ghazālī insistira u djelu *Al-Hikmah fī Makhlūqāt Allāh* (Mudrost Božijeg stvaranja) da je kontemplacija ključ svakog dobrog djela, zato što ona sve kognitivne aktivnosti vjernika ukrašava sjećanjem na Svemoćnog i prepoznavanjem Njegovih blagodat i milosti. On kaže:

Put za spoznavu Boga karakteriše slavljenje Boga u Njegovom stavaranju, kontempliranje Njegovih začuđujućih djela, razu-

<sup>6</sup> Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, *Al-Fawā'id*.

<sup>7</sup> Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, *Al-Fawā'id*.

mijevanje mudrosti Njegovog raznovrsnog stvaranja... To je način da se ojača izvjesnost i sreća, i u njemu se vidi razlika u stepenima same pobožnosti. Svemoćni je stvorio umove i usavršio ih Objavom, naređujući ljudima s takvim umovima da razmišljaju o njegovim stvorenjima, da kontempliraju i prihvate pouku iz čuda kojima je popratio svoje stvaranje.

Jasno je da ovakva kontemplacija obuhvata intelektualne, emocionalne, temperamentne i opažajne aspekte vjernika, tj. sve njihove psihološke, kognitivne i duhovne aktivnosti. Teško je zamisliti one koji čine zikir a ne kontempliraju Njegovo stvaranje ili one koji kontempliraju Božije stvaranje ali ne čine zikir. Ovo nas podsjeća na poznatu izjavu Al-Hasana al-Basrīja: "Učeni ljudi pribjegavaju razmišljanju zikir čineći, a zikir čine – razmišljajući, preklinjući srca da govore, sve dok srca ne odgovore mudrošću."<sup>8</sup>

Kada ljudi kontempliraju, to postaje uzvišeniji i bolji dio njihove prirode. Njihova srca postaju pokorna i ona, na svaki podsticaj u svojoj okolini, odgovaraju blagim emocijama koje kontroliraju njihovu intelektualnu aktivnost. Jedanput su nekom vjerniku rekli: "Dugo vremena provodiš u kontemplaciji." On je odgovorio: "Kontemplacija je srž uma." Sufyan al-Thawrī često je navodio ove stihove:

*Kada je čovjek naviknut na kontemplaciju,  
On će uzimati pouku iz svega.*<sup>9</sup>

Pošto svako djelo ima porijeklo u kognitivnoj, emocionalnoj ili intelektualnoj/mentalnoj aktivnosti, oni koji se prepuštaju dugotrajnoj kontemplaciji s lakoćom će izvršavat idjela pokornosti i ibadeta. Al-Ghazalī u svom *Ihjā' 'ulūm al-Dīnu*, ukazujući na ovu činjenicu, na najjasniji i najelokventniji način piše o koristi znanja i razmišljanja za samu kontemplaciju:

<sup>8</sup> Ibn al-Qayyim, *Miftāh*, str.180.

<sup>9</sup> Ibn al-Qayyim, *Miftāh*, str. 180.

Kada znanje ulazi u srce, stanje srca se mijenja. Kada se ono mijenja, funkcije organa se također mijenjaju. Funkcije slijede stanje srca a ono slijedi znanje. A, opet, znanje slijedi misao. Misao je, stoga, početak i ključ svakog dobrog djela. Ovo vam pokazuje vrlinu kontemplacije, kao i to da ona zamjenjuje sjećanje na Boga (zikr), pošto misao uključuje zikr i još mnogo čega.

Kako god je unutrašnja, kognitivna aktivnost ključ za svako dobro i ispravno djelo, ona je također i izvor svakojake neposlušnosti, bilo skrivene ili otvorene. Meditativno srce koje kontemplira milost Božiju i koje je svjesno budućeg svijeta lahko može prepoznati loše misli koje prolaze umom, a sve zahvaljujući izraženoj senzibilnosti koju je um stekao dugom kontemplacijom i stalnim zikrom. Čim hrđava misao prođe umom, ovaj je koristan osjećaj otkriva, ograničava a potom poništava njeno dejstvo, baš kao što čvrst imuni sistem u tijelu otkriva napad klica i antigena da bi ih, zatim, posebnim ćelijama i antitijelima nadvladao i uništio. Psiha ili duša onih koji konstantno kontempliraju milost Božiju nalik je zaštićenoj tvrđavi. Svaki put kada negativne ideje pokušaju prodrijeti, moć izrazitog opažanja, stečena kontemplacijom i činjenjem zikra, brzo ih napada i eliminiše. Kur'an kaže:

*A oni koji se Allaha boje, kad njih šejtansko kolo dodirne,  
Allaha se oni sjete i odmah se sebi vrate! (Kur'an, 7:201)*

Kontemplacija se koristi svim kognitivnim aktivnostima koje ljudi upotrebljavaju u procesima mišljenja. Ona se, međutim, razlikuje od sekularnog dubokog razmišljanja, jer njene vizije i koncepti prevazilaze ovaj svijet *ovdje* i *sada* da bi susrele beskrajne dimenzije budućeg svijeta. Njen predmet proteže se od stvorenog do Stvoritelja. Dok svakodnevno razmišljanje može biti ograničeno na rješavanje svjetovnih problema, i biti lišeno osjećanja, strasti i emocija, kontemplacija je, zahvaljujući svom nadilaženju svjetovnih barijera i materijalnih

ograničavanja – radi trajne slobode duha, u stanju aktivirati sve unutrašnje i spoljašnje kvalitete vjernika. Oni vjernici koji su zauzeti dubokom islamskom kontemplacijom opažaju stvari koje kontempliraju u uslovima svog prethodnog iskustva, kao i posredstvom simbola i izraza koje su stekli iz svoje upotrebe jezika i svoga uobražavanja onoga što su navikli biti i onoga što bi mogli postati u budućnosti. Oni, zatim, oživljavaju čitavu kombinaciju različitih misli i vizija, popraćenu bojažljivom ljubavlju prema Svemoćnom. Premda islamska kontemplacija može biti smatrana mješavinom misli, spoznaje, imaginacije, osjećanja, emocija i, iznad svega, duhovnosti, njen rezultat je, prema tome, u potpunosti novo iskustvo, različito od elemenata od kojih je sastavljena.

Ovaj proces može se povezati sa ranije opisanom analogijom fotosinteze. Kao što se fotosinteza u biljkama ne može ostvariti bez elemenata karbona, oksigena i hidrogena, islamska kontemplacija ne može se postići bez psiholoških “sastojaka” kao što su misao, imaginacija i osjećanja. Sunčeva svjetlost daje zelenom lišću energiju koja u potpunosti preobražava čisti zrak, karbon dioksid i vodu u novu supstancu – glukozu, koja nema sličnosti s vodikom, kiseonikom i crnim ugljenom. Slično tome, zračenje duhovnosti osvjetljava dušu i preobražava unutarnje kognitivne procese u uzvišeno stanje.

Ovaj koncept podsjeća na Al-Ghazālījevu tvrdnju da islamska kontemplacija “predstavlja dva podatka za srce s ciljem postizanja trećeg”. On kaže:

Onaj koji naginje prolaznom svijetu i preferira sadašnji život, a koji bi volio znati da li se budućem svijetu mora dati prednost nad prolaznim svijetom, mora shvatiti da je onaj trajni – bolji. Preko ova dva podatka on će dobiti treći. Shvatiti da je budućni svijet bolji od prolaznog jedino je moguće putem dva prethodna podatka.<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Ibn al-Qayyim, *Miftāh*, str. 388.

Al-Ghazālī vjeruje da se porast podataka može jedino postići ovim spajajućim procesom. Prema njegovom mišljenju, znanje podataka produkt je ranijeg znanja. On tvrdi da ako je kontemplativni vjernik kadar organizovati svoje znanje na izvjestan način, ono će se povećavati na razne načine i ništa ga, osim životnih prepreka ili smrti, neće zaustaviti. Al-Ghazālī na ovaj način pokazuje razliku između materijalnog mišljenja i kontemplacije. Čovjek će biti lišen znanja koje dolazi kroz kontemplaciju ako ne posjeduje osnovne podatke koji bi mu pomogli u procesu kontemplacije. Neuki beduin nije u mogućnosti uspješno kontemplirati elektrone i protone koji formiraju atom. Također, oni koji poriču Boga ne mogu kontemplirati Božansko biće, makar bili i specijalisti u fizici. Al-Ghazālī kaže:

Većina ljudi ne može povećati svoje znanje zato što nemaju početni kapital, (temeljno predznanje – nap. prev.) koji je osnovna pretpostavka za njegovo uvećavanje. Ovo je slično nekome ko ne posjeduje robu i, stoga, ne može ostvariti zaradu. Ili, možda, posjeduje robu ali nema poslovnog iskustva. On čak može imati i podatke, koji su kapital znanja, ali ih ne zna upotrijebiti i međusobno povezati – što bi dovelo do ostvarivanja profita.<sup>11</sup>

Islamska kontemplacija prolazi kroz tri međusobno povezane faze, vodeći četvrtoj i posljednjoj, koju ja nazivam fazom “duhovne spoznaje” (*shuhūd*). Prva faza nastaje kada znanje o kontempliranom predmetu dolazi direktnim čulnim opažanjem, posredstvom gledanja, slušanja, dodira, mirisa i okusa ili, indirektno, kao u slučaju imaginacije. Takva informacija može biti čisto mentalna i često nema veze s emocionalnim ili sentimentalnim aspektima.

Druga faza kontemplacije počinje kada neka osoba ostvaruje dublji uvid u ove podatke, promatrajući njihove estetske aspekte ili specifične kvalitete. To je zaokret od čiste percepcije

---

<sup>11</sup> Ibn al-Qayyim, *Miftāh*, str. 388-389.

ka stanju divljenja ljepoti, izvrsnosti, veličini strukture i čudesnom izgledu opažanog predmeta. To je faza istančanog razumijevanja, nježnih osjećanja i jake strasti.

Treća faza nastupa kada meditator prolazi granicu između stvorenog objekta kontemplacije i njegovog Kreatora. On ili ona se, zbog svog shvatanja da ništa ne egzistira osim Boga i onoga što je On stvorio, zanosi osjećanjima pokornosti i divljenja Onome Koji je stvorio zadivljujući predmet kontemplacije, kao i sve drugo u univerzumu.

Kada se ova prefinjena meditacija ponavlja i pojačava stalnim sjećanjima na Svemoćnog (zikr), vjernik se kreće četvrtoj fazi – duhovnoj spoznaji. Ovdje duhovna osjećanja, udružena s dubokom kontemplacijom, postaju dio vjernikove prirode i čine da on ili ona sve više osjećaju strah i ljubav prema Bogu i Njegovim Uzvišenim atributima. Ova osjećanja, kontinuirano doživljavana, nisu podložna verbalnom opisivanju.

Promatranje stvaranja samo primitivna je faza u kojoj na isti način mogu uživati i vjernici i nevjernici. Također, druga faza, faza uviđanja ljepote forme i strukture, može dotaći srca i vjernika i nevjernika. Međutim, treću fazu, koja dovodi u vezu ovo estetsko shvatanje univerzuma sa Svemoćnim Stvoriteljem, mogu dosegnuti samo vjernici. Što se tiče vjernika koji stižu do četvrte faze, oni se nalaze u takvom dubokom poštovanju i zikru da ne mogu više na ravnodušan način gledati u Božije stvaranje. Oni ne vide ništa osim preciznosti, milosti, ljepote i mudrosti u strukturi svijeta i trajno postaju obuzeti strahopoštovanjem i zahvalnošću zbog uzvišenosti Gospodara. Ova moderna percepcija islamske kontemplacije može se povezati sa već navedenim riječima Al-Hasana al-Bašrīja: “Učeni ljudi pribjegavaju razmišljanju zikr čineći, a zikr čine – razmišljajući, preklinjući srca da govore, sve dok srca ne odgovore mudrošću.”<sup>12</sup>

---

<sup>12</sup> Ibn al-Qayyim, *Miftāh*, str. 180.

Iz perspektive učenja i formiranja navika, može se reći da će vjernici koji redovito kontempliraju dostići četvrtu fazu, zato što meditacija, ojačana stalnim zikrom, postaje duboko ukorijenjena duhovna navika. Ovaj nivo mišljenja može se pojaviti na drugačiji način jedino kao rezultat naročito dojmljivih iskustava ili rijetkih događaja koji u potpunosti uznemire njihovu okolinu, kao što je zemljotres ili smrt duboko poštovane osobe. Kontemplativni vjernici vrijeme koje provode u kontemplaciji postepeno će povećavati sve dok ne budu trošili veći dio dana ili noći u ovoj uzvišenoj vrsti meditacije. Uobičajeni objekti, pored kojih su prolazili ne poklanjajući im nikakvu pažnju, postaju izvor dubokih misli i razlog za veće poštovanje i meditaciju o Božijoj milosti. Prema tome, sve se u njihovoj okolini pretvara u motivaciju za razmišljanje i podstrek na zikr.

Faza pronicljive spoznaje koju dostižu meditativni vjernici predmet je opširne diskusije među učenjacima. Ibn al-Qayyim, naprimjer, u djelu *Madārij al-Sālikīn* (Staza tragalaca), opisuje muslimana koji dostiže fazu duhovne spoznaje:

Kapija svjedočenja veličine Boga i prizora suvereniteta otvara se pred njim... On vidi da su sve kosmičke promjene i stvari postojanja u rukama jedino Svemoćnog. Promatra, potom, znakove Vlasnika dobra i zla, stvaranja i sredstava za život, uskrsnuća i smrti... Njegovo oko, ako primjećuje bilo koji dio stvorenog svijeta, vodit će ga njegovom Stvoritelju i kontemplaciji Njegovih atributa savršenosti i veličanstva.<sup>13</sup>

Ibn Taymiyyah ovu fazu kontemplacije označava "istin-skom spoznajom", u kojoj kontemplativni vjernik svjedoči:

da sve stvoreno izvršava Božije naredbe, da biva usmjeravano Njegovom voljom i da Mu je, bez odlaganja, pokorno. Ono što kontemplativni vjernici, prema tome, svjedoče povećat će i proširiti ono što njihova srca drže vjerskom lojalnošću ...

<sup>13</sup> Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, *Madārij al-Sālikīn*, ed. 'Abd al-Mun'im al-Sālih (The Emirates: Wizārat al-Awqāf, n.d.).



ne zaboravljajući razlikovati Vječno od prolaznog i Stvoritelja od Njegovog stvaranja, kao i Njegovu jednoću i neovisnost od Njegovog stvaranja.<sup>14</sup>

Ustvari, vjernici koji dosežu drugu fazu i dive se ljepoti, veličini i preciznosti stvaranja neizbježno će se približiti Stvoritelju i Ravnatelju. Počet će, također, osjećati svoju vlastitu beznačajnost i bespomoćnost u usporedbi sa svim Njegovim znakovima na nebesima i na Zemlji. Ovaj ogromni univerzum nije ništa do mjesto vjerovanja, kojem pristup mogu imati samo vjernici, kada su njihove duše pročišćene, njihova srca pokorna i kada su sposobni slušati i svjedočiti istinu.

Vjernička zbunjenost preciznošću, ljepotom i veličinom stvorenog i njihovo shvatanje vlastite uporedne fizičke i psihičke slabosti osjećanja su koja je Stvoritelj usadio u ljudska bića tako da ona mogu posmatrati nebesa i Zemlju radi upućivanja prema svom Gospodaru, da bi u Njega sa strahopoštovanjem vjerovali. Ljudi, propuštajući ovu spoznaju, skreću u nevjerovanje i paganstvo koristeći svoju urođenu prirodu na negativan način. Ustvari, ova zbunjenost kroz historiju je navodila sljedbenike paganskih religija da pretjeruju u pogledu veličine, ljepote i dizajna njihovih hramova, ukrašavajući ih statuama, slikama i nadahnutom muzikom. Možemo spomenuti, naprimjer, Panteon u Atini ili Hram Jupitera u Baalbeku, u Libanu, koji je građen dva stoljeća i za čiju potrebu su se morale donijeti ogromne stijene iz Aswana u Egiptu; ili Hram Amona, površine 5 800 kvadratnih jardi (1 jarda = 0,914 metara – nap. prev.), koji su sagradili drevni Egipćani na Karnaku i koji sadržava ogromne stubove, visoke po 78 stopa. Ovi hramovi, izgrađeni od strane sljedbenika paganskih religija, bili su najveći koje su ljudi ikad podigli, sa dosta truda i troška. Razlog (ovom razmetanju – nap. prev.) je bila želja čarobnjaka i sveštenstva da potčine narod i stave ga pod svoju kontrolu.

<sup>14</sup> Ibn Taymiyyah, *Majmū' Fatāwā al-Imām Ahmad ibn Taymiyyah*, vol. 10 (Riyadh: Matābi' al-Riyād, n.d.), str. 221-225.

Možemo, nakon ovoga, razmišljati i diviti se jednostavnosti Ka'be, koja je bila samo jedna mala građevina usred bezvodne doline. Prenosi se, također, da je Poslanik, a.s., za svoju džamiju u Medini rekao da je "od komada drveta i rogoza (napravljen) sjenica, slična onoj mog brata Mūsāa", što je protumačeno u značenju da ne treba trošiti vrijeme i novac na raskošne građevine. Njegova džamija je, ustvari, bila sagrađena od opeke, na suncu osušene, i ilovače, a krov, načinjen od palminih grana i rogoza, spuštao se na samo nekoliko inča (1 inč = 26 mm – nap. prev.) od glava najviših ashaba. Muhammad al-Ghazālī njenu apsolutnu jednostavnost opisuje na ovaj način:

Džamija je bila napravljena unutar granica jednostavnosti. Pod je bio od pijeska i šljunka, krov od palminih grančica a stubovi od palminih stabala. Pod bi, usljed padanja kiše, postajao blatnjav. Mogli su se vidjeti i psi lutalice kako ulaze i izlaze. Skromna i jednostavna građevina odgojila je ljude – meleke, ukrotitelje džina i kraljeve budućeg svijeta. U ovoj džamiji Poslanik je, dozvolom Najmilostivijeg, Kur'anom vodio odabrane koji vjeruju u njegovu poruku, odgajajući ih Božanskim principima od zore pa do spuštanja noći.<sup>15</sup>

Čini se da što je slabija veza između muslimana i njihovog Stvoritelja, to je veći interes za gradnjom i dekorisanjem džamija a sve nauštrb pročišćavanja i odgajanja njihovih duša. S tim u vezi, Muhammad al-Ghazālī nastavlja:

Kada neki ljudi ne uspiju oplemeniti duše uzvišenim moralom, oni nalaze alternativu u gradnji uzvišenih džamija, u kojima će se smjestiti pigmejski vjernici. Međutim, veliki preci ostavili su po strani pretjerano dekorisanje džamija da bi poklanjali pažnju reformaciji i pročišćavanju svojih duša.<sup>16</sup>

U ovom sam poglavlju ukratko predstavio četiri faze kroz koje prolaze vjernici u svom putovanju od percepcije do

<sup>15</sup> Muhammad al-Ghazālī, *Fiqh al-Sirah* (Beirut: Dār al-Kutub al-Hadīthah, 1960), str. 190.

<sup>16</sup> Al-Ghazālī, *Fiqh al-Sirah*, str. 190.

kognicije, a to su: čulna percepcija, divljenje, zatim, strahopoštovanjem nadahnuta kontemplacija i spoznaja (kognicija). Međutim, ljudska kontemplacija ne mora se ograničiti na kontemplaciju lijepih ili, pak, izvrsno konstruisanih objekata u univerzumu, koji sadržavaju i lijepo i ružno, i veliko i beznačajno, i dobro i zlo. Percepcija može uključivati, također, bolna, zastrašujuća ili uznemiravajuća iskustva, čak i ako će razumijevanje biti emocionalno suprotno. Kontemplacija se može usredsrediti na pouke stečene iz neugodnih iskustava i poučiti kontemplatora kako da ih izbjegne, da ih se boji ili da ih mrzi. U tom pogledu, Kur'an iznosi kazivanje o Qārūnu, koga je, slično mnogim zlim tiranima, Svemoćni uništio kako bi vjernici mogli kontemplirati njegovu sudbinu i izvući pouku.

*A Karun je zbilja iz Musaova naroda bio, pa ih je tlačio. A bili smo mu riznice tolike dali da bi čak i nošenje ključeva njegovih iscrpilo skupinu ljudi snažnih! I kad mu je narod njegov govorio: "Ne budi objestan ti! Allah doista obijesne ne voli! I onim što ti je Allah dao Onaj Svijet traži i udio svoj na Svijetu Ovom ne zaboravi, i kao što je Allah tebi dobro učinio – i ti dobro čini, i nemoj nereda činiti na Zemlji! Allah doista one koji nered čine ne voli!" On reče: "Ovo je meni dato samo zbog znanja moga! A zar on ne zna da je Allah još prije njega uništio pokoljenja koja su od njega jača i koja su više zgrnula blaga? A zločinci o grijesima svojim neće ni pitani biti! I iziđe on pred svoj narod u sjaju svom, pa oni koji žele Svijet Ovaj rekoše: "Eh, da nam je ono što i Karunu je dato! Zbilja je on sretan uveliko!" A oni kojima znanje dato bi, govorili su: "Teško vama! Allahova nagrada je bolja onima koji vjeruju i rade dobra djela! A samo će nju susresti strpljivi!" Pa smo Mi i njega i kuću njegovu utjerali u zemlju, i nijednu skupinu on ne imade da ga od Allaha odbrani, a ni sam sebi nije mogao pomoći. A oni koji su još jučer Karunov položaj željeli, stadoše govoriti: "Pa zar ne vidite*

*da Allah zbilja opskrbu u izobilju kome hoće od svojih robova dariva, i uskraćuje! Da Allah nije nama darove Svoje prosuo, i nas bi u zemlju utjerao! Zar ne vidite da zbilja nevjernici neće uspjeti?”* (Kur'an, 28:76–82)

Slične katastrofe dešavaju se kroz sva vremena a mi ih, ne shvatajući da je riječ o Božijem planu, jednostavno pripisujemo okolnostima ili sudbini. Mnogi su diktatori bili uništeni od strane onih koje su angažovali da ih štite, a nekoliko savremenih naučnika kasnije se odalo alkoholu i drogi, čime su oštetili svoju jetru i mozak i počeli halucinirati.<sup>17</sup>

Prisustvovanje zastrašujućim prizorima ili podvrgavanje ličnim tegobama nekoga navodi da kontemplira i vjerovatno uspješnije izvlači pouke nego onda kada je izazvan spontanom uviđanjem ljepote, veličine i preciznosti neke tvorevine.

Volio bih, s tim u vezi, ispričati lično iskustvo u pogledu pouka koje se mogu izvući iz jednog bolnog ili jezivog viđenja. Izvjesni mladić koji je živio u džamiji blizu naše kuće umro je jednog četvrtka, dok je džamija bila zatvorena zbog radova na njenoj adaptaciji. Njegova smrt, stoga, nije otkrivena do subote ujutro. Kada sam došao sa grupom ljudi da podignem tijelo i odnesemo ga, kako bi se pripremilo za sahranu, našli smo ga opustošeno crvima i vlagom. Efekat svega onoga što sam čitao o smrti i sva moja pređašnja kontemplacija beznačajnosti života ništavan je u usporedbi s osjećanjem koje sam doživio u tim jezivim momentima.

U narednom poglavlju, poslije diskusije o kontemplaciji iz perspektive mišljenja i meditacije, razmotriti ću različite nivoe kontemplacije ostvarene posredstvom različitih sredstava.

<sup>17</sup> Možda je, u ovom kontekstu, zanimljivo spomenuti da je Frojd, sve vrijeme dok je pisao svoje glavne, seksualno opterećene, teorije, bio odan kokainu. Prema tome, mnoge teorije o seksu koje mi predajemo studentima kao "nauku", ustvari, nepovezane su priče ingenioznih narkomana. Vidjeti E.M. Thornton, *Frojd and Cocaine: The Freudian Fallacy* (London: Blond & Briggs Publishers, 1983).



## *Islamska kontemplacija i savremeni postupci meditacije*

Kao što je izjavljeno u prvom poglavlju, proučavanje islamske kontemplacije iz psihološke perspektive iziskuje, na prvom mjestu, ispitivanje postupaka meditacije i njihove potvrđene sposobnosti da pomognu kontemplatorima pozitivnim mijenjanjem njihovih stanja svijesti. Međutim, kako je prethodno nagašeno, u islamskoj kontemplaciji ova korisna izmijenjena stanja nisu svrha sama po sebi, zato što je glavni cilj meditacije, kao islamske forme vjerovanja, spoznajni, intelektualni i duhovni – unapređenje spoznaje svoga Stvoritelja. Ovi kognitivni aspekti, koji su bili spomenuti u drugom poglavlju, sada će biti detaljno razmotreni. Četvrto će poglavlje, potom, ispitati vrijednost islamske kontemplacije kao korisne meditativne procedure.

Praksa transcendentne meditacije i sličnih postupaka postala je ekstremno popularna u Evropi i Americi u proteklim godinama – što je fenomen bez presedana u historiji ovih nacija. Ovo se dogodilo nakon što je ustanovljeno da ova vrsta meditacije, koja ima drevne orijentalne i indijske korijene, ima veoma pozitivna dejstva u liječenju bolesti povezanih s emocionalnim, kognitivnim i fizičkim poremećajima. U ovom poglavlju diskutovat će se o dokazanim koristima meditacije, kao i o tome kako su one povezane s kontemplacijom, kao islamskom formom vjerovanja.

Ako bi se proučavalo učenje islama, njegova legislativa i propisane forme vjerovanja, primijetilo bi se da sve Božije

naredbe uključuju neku korist za muslimane, kako na ahiretu, tako i na ovom svijetu. Savremena ostvarenja u medicini i psiho-fiziološkim naukama efikasno su verificovala ovu tvrdnju. Vrijednost i mudrost islamskih zabrana alkohola, droge, bludničenja i sodomije toliko su očite da posebno dolaze do izražaja u modernoj eri ovisnosti i eri pandemije AIDS-a.<sup>1</sup> Alkohol i droga su, ustvari, glavne opasnosti koje prate modernu civilizaciju i na Istoku i na Zapadu. Američki naučnici tvrde da je alkoholizam postao njihov "problem broj jedan" i da je on treći uzročnik smrti, nakon infarkta i raka. Oni također priznaju da njihova nacija troši milijarde dolara svake godine na borbu protiv alkoholizma i liječenje ovisnika, pored činjenice da su pijani ili vozači pod utjecajem droga izazvali hiljade nesreća i činjenice da je nacija lišena doprinosa miliona potencijalnih radnika, zato što su nesposobni za rad. U ovom pogledu, I.S. Bengelsdorf, prema navodu R.C. Carsona, tvrdi da je upotreba i zloupotreba alkohola:

...ubila više ljudi, poslala više žrtva u bolnice, generirala više policijskih hapšenja, uništila više brakova i domova i koštala industriju više novca nego zloupotreba heroína, amfetamina, barbiturata i marihuane zajedno.<sup>2</sup>

Moderno medicinsko istraživanje, također, pokazalo je da svi drugi islamski propisi, pravila i preporučeni modeli ponašanja imaju neospornu vrijednost u zaštiti fizičkog i psihičkog zdravlja vjernika. Tjelesna čistoća, naprimjer, koju vjernici stižu pranjem (*wudū*) prije pet dnevnih namaza, kupanjem (*ghusl*) prije (džume) namaza petkom i poslije bračnog odnosa, kao i zbog drugih sunetskih praksi, ima svoje očevide higijenske

<sup>1</sup> Vidi: Malik B. Badri, *The Aids Crisis: An islamic Socio-Cultural Perspective* (Malaysia: ISTAC Publications, 1997).

<sup>2</sup> I.S. Bengelsdorf, "Alcohol and morphine addictions belived to be chemically similar", March 1970, *Los Angeles Times*, II, 7, navedeno u R.C. Carson, J.N. Butcher and J.C. Coleman, *Abnormal Psychology and Modern life*, 8th ed. (London: Scott, Foreman & Co., 1988), str. 368.

strane. Slične nemjerljive koristi vidljive su u svakoj praksi koju muslimani izvršavaju, bilo da je riječ o njihovom ibadetu ili generalnoj primjeni islamskih učenja, kao što su, naprimjer, kretnje prilikom izvršavanja pet dnevnih namaza, zdravstvene vrijednosti posta i izbjegavanje prejedanja, koje vodi gojaznosti, što se spominje u nekoliko Poslanikovih, a.s., izreka, kao i u sljedećem kur'anskom ajetu:

*Jedite i pijte, ali ne pretjerujte.* (Kur'an, 7:31)

Ovo nas neizbježno navodi da se pitamo o vrijednosti kontemplacije i meditacije, kao vidova ibadeta, za fizičko i psihičko zdravlje vjernika. Čak i bez zalaženja u specifični slučaj islamske kontemplacije, stotine knjiga i istraživačkih radova, publiciranih u kasnom dvadesetom stoljeću, naglašavaju vrijednost meditacije kombinirane s vjerskim faktorom u liječenju psihičkih, psihofizioloških i organskih poremećaja, kao što su: stres, anksioznost, nesanica, povećani krvni pritisak, migrena i visok nivo holesterola. Moderne psihosomatske studije potvrđuju da razmišljanje i druge kognitivne aktivnosti, koje su osnova kontemplacije, imaju izvanrednu ulogu u nečijoj sklonosti prema različitim bolestima, kao i da prikladna kontemplacija i meditacija mogu prouzrokovati promjenu u njihovom patološkom razmišljanju i povratiti zdravlje. Herbert Benson ovo naziva "kognitivnim restrukturiranjem".<sup>3</sup> Time se potvrđuje stara arapska poslovice: "Ne pravi se da si bolestan, jer možeš postati stvarno bolestan i zbog toga umrijeti."

Utjecaj raspoloženja i psihičkih iskustava na organske i fizičke aspekte ljudskih bića uočljiva je, svakodnevna pojava. Ljudsko srce, usljed uzbuđenosti ili zabrinutosti, kuca jače i pokazuje da su i druge fiziološke promjene i izrazi lica povezani s

---

<sup>3</sup> Herbert Benson, *Timeless Healing* (London: Simon & Schuster, 1996), str. 272-274. Vidi, također, Susan R. Burchfield, *Stress: Psychological Interactions* (London: McGraw Hill Books, 1985), str. 113.



uzbuđenjem ili strahom. Također, lica ljudi pocrvene, kada su obuzeti stidom (ako imaju bjelolik ten koji odaje ovu emociju). Ipak, ove svakodnevne neznatne fizičke promjene ne mogu uvjeriti mnoge ljude, uključujući organski naklonjene doktore medicine, u fundamentalnu ulogu razmišljanja i kognitivnih faktora u formiranju ljudske fiziologije.<sup>4</sup>

Mnogo ubjedljiviji dokaz pružaju medicinski specijalisti koji proučavaju kompleksni fiziološki fenomen koji se javlja u tijelu kao rezultat jakog emocionalnog ili kognitivnog stresa. Jedan takav fenomen jeste lažna trudnoća ili pseudocijoza, a javlja se usljed želje sterilne žene za trudnoćom. Njen um "naređuje" tijelu da reaguje fiziološki, na način koji će potvrditi ono u šta je ona ubijedena – njena menstruacija izostaje, stomak joj se povećava a prsa, s pigmentiranim nježnim bradavicama koje počinju lučiti mlijeko, postaju veća. Neke žene, kako Benson izjavljuje, mogu čak imati osjećaj da se fetus miče tokom četvrtog ili petog mjeseca ovog obmanjivog fenomena.<sup>5</sup> Međutim, kada žena otkrije lažnost svoje trudnoće, sve ove fiziološke promjene nestaju začuđujuće brzo. Lažna trudnoća jedno je od najstarijih poznatih psihosomatskih stanja i prvi ju je opisao Hipokrat, praotac medicine, i još uvijek je relativno česta pojava u naše moderno doba. Paul Fried i njegove kolege (sa Jefferson Medical College and Hospital u Filadelfiji) tvrde da su simptomi žena s lažnom trudnoćom bili toliko impresivni da je i znatan broj doktora bio ubijeden u njihovu autentičnost.<sup>6</sup>

Drugi značajan fenomen uočljiv je u poboljšanju fizičkog zdravlja mnogih pacijenata kojima se daju pilule i kapsule, njima nepoznate, a koje ne sadrže djelatnu supstancu. Ove kapsule

<sup>4</sup> "Organically minded" je jedan opći opis za doktore medicine koji omalovažavaju psihološke aspekte u etiologiji poremećaja i koji preuveličavaju ulogu fizioloških aspekata i važnost narkotika.

<sup>5</sup> Herbert Benson, *Beyond the Relaxation Response: How to Harness the healing Power of Your Personal Beliefs* (New York: Berkley Books, 1985).

<sup>6</sup> Benson, *Timeless Healing*.

moгу jedino sadržavati nešto šećera, a ljekar uvjerava pacijente da će im, sigurno, biti lakše. Također, ljekar može dati pacijentu injekciju sa slanim rastvorom, tvrdeći da injekcija sadržava veoma potentan lijek za njegovo fiziološko stanje. Istraživanje je pokazalo da su pacijenti liječeni na ovaj način, što je poznato kao “placebo efekat”, popravili svoje zdravstveno stanje i da je ono skoro isto kao kod onih koji su primili pravi lijek.

Jedna veoma interesantna i objelodanjujuća studija, koju s tim u vezi prenosi S. Wolf, pokazuje kako pacijentovo ubjeđenje može čak promijeniti efekat lijekova. On je, kao primjer, uzeo žene koje su povraćale i imale mučninu tokom prvih mjeseci trudnoće. Dao im je lijek u formi sirupa koji, ustvari, izaziva povraćanje, ali ih je uvjerio da će lijek otkloniti njihove tegobe. Kako je i pretpostavljao, njihovo povraćanje i mučnine nestale su a stomachne kontrakcije postale su normalne.<sup>7</sup>

Naučnici su se u posljednje vrijeme više zainteresovali za ovaj predmet, naročito nakon što je dokazano da kognitivne i emocionalne aktivnosti neke osobe imaju direktan utjecaj na imuni sistem. Moderna istaživanja konačno su pokazala da hronični psihički stres, kolateralan s anksioznosti, depresijom, jakim osjećajem usamljenosti i gubitkom samopouzdanja, ima ozbiljan utjecaj na ljudski imunitet na sve bolesti. Hronični stres tjera adrenalne žlijezde da povećaju proizvodnju hormona koji će, zauzvrat, oslabiti prirodni imunitet. Ovi hormoni, koji kreiraju jedno vanredno stanje borbe ili leta u tijelu, mogu, također, podići krvni pritisak i napregnuti srce i, čak, prouzrokovati udare zahvaljujući eksploziji krvnih sudova.

Slična istraživanja dovela su do pojave jedne nove discipline *psiho-neuroimunologije*, koja prvi put objedinjuje dvije različite oblasti – oblast socijalnih nauka i psihologije s

---

<sup>7</sup> S. Wolf, “Effects of Suggestion and Conditioning on The Action of Chemical agents on Human Subjects, the Pharmacology of Placebos”, *Journal of Clinical Investigation* 29 (1950), str. 100-109.

hemijom ljudske imunologije.<sup>8</sup> Sprovedeno je intenzivno istraživanje s ciljem poboljšavanja fizičkog zdravlja ljudi, mijenjanjem njihovih ideja, osjećanja i emocija. Neki naučnici ovo su nazvali “treća revolucija” u modernoj zapadnoj medicini. Prva je bila razvoj hirurgije a druga otkriće pencilina i drugih antibiotika. Razlog koji stoji iza ovog je, kako je prethodno spomenuto, shvatanje da ono što formuliše ljudsko razmišljanje i kognitivnu aktivnost nisu događaji i podražaji kojima su oni direktno izloženi u svojoj okolini, nego njihova procjena i konceptualizacija tih događaja i iskustava. Za Epictetusa, rimskog filozofa prvog stoljeća nove ere, prenosi se da je rekao: “Nisu stvari oko čovjeka te koje su uzrok njegove uznemirenosti, nego njegovo poimanje tih stvari.”<sup>9</sup> Prema tome, nije samo ispravno izjaviti, kao što to arapska poslovice kazuje, da je “u zdravom tijelu zdrav duh”, nego da je, također, i “zdravo tijelo u zdravom duhu”.

Kako meditacija i prateće opuštanje pomažu u liječenju fizičkih i psihičkih poremećaja? Uputstva koja ljekar ili terapeut daje pacijentu zvuče više nego jednostavno i naivno. Ipak, njihova se djelotvornost brzo dokazuje. Ova jednostavna meditativna uputstva poznavali su i slijedili hinduisti i budisti hiljadama godina ranije. Mnoge eksperimentalne studije, vođene u klinikama i medicinskim laboratorijama, koristeći najnovije metode u mjerenju psihofizioloških promjena, dokazale su da je usredsređena meditacija, kao što je transcendentna meditacija, istinska revolucija u medicini u kojoj pacijenti koriste svoje mentalne, kognitivne i spiritualne moći u liječenju svojih oboljenja i obogaćivanju svog psihičkog života.

Spomenut ću neke od ovih jednostavnih uputstava iz jedne od najpoznatijih knjiga iz ove oblasti. Njen autor, Benson, postao je istaknuti stručnjak za meditaciju i opuštajuće tehnike

<sup>8</sup> J.P. Pinel, *Biopsychology* (Boston: Allyn & Bacon, 1993), str. 591-593.

<sup>9</sup> Benson, *Beyond the Relaxation Response*.

koje su adaptirane iz joge i drugih istočnih praksi.<sup>10</sup> On traži od svojih pacijenata da se udobno i ležerno smjeste na nekom mirnom mjestu, da zatvore svoje oči, duboko i mirno dišu, usredsređujući se na proces disanja. Potom se od njih traži da odaberu neku riječ ili kratku rečenicu, koja sažima njihovo ubjeđenje ili religijsko uvjerenje, i da je ponavljaju, sistematično kontemplirajući njeno značenje svaki put kada izdišu. Ako pacijenti radije biraju neko značenje ili vizuelnu formu umjesto riječi ili fraze, mogu tako uraditi, slijedeći isti postupak ponavljanja.

Nakon što su postali zainteresovani, Amerikanci su transcendentnu meditaciju usvojili doslovno iz drevnih hindu tradicija. To je podrazumijevalo i ponavljanje nekih riječi bez značenja ili ponavljanje njima nepoznatih hindu ili drevnih orijentalnih mantri. Kasnije se, međutim, shvatilo da ponavljanje smislenih izraza od religijskog značaja za meditatore, ili podsjećanje na neka njihova ubjeđenja, ima, uz produbljavanje meditacije i intenziviranje liječenja, veći efekat.

Istraživanje transcendentne meditacije pokazuje da usredsređivanje i konstantno ponavljanje riječi ili mentalnih slika, koje su sastavni dio vlastitih ubjeđenja, ima veliku vrijednost za meditatore. To ih vodi dubljem razumijevanju i novoj konceptualizaciji predmeta njihove kontemplacije i podiže ih, također, na jedan viši nivo apstraktnih i duhovnih značenja koja se, zahvaljujući monotoniji svakodnevnog života i bljutavoj uobičajenosti njihovog okruženja, ne mogu drugačije shvatiti. Otuda termin "transcendentna meditacija".

Važno upustvo koje meditatori moraju slijediti jeste ignorisanje svih ideja i misli koje se konstantno i kompulsivno ubacuju u njihovu svijest, remeteći njihovu usredsređenost na predmet meditacije. Oni moraju nastaviti s usredsređivanjem i zauzeti pasivan i ležeran stav spram ovih "nametljivaca" sve

---

<sup>10</sup> Benson, *Beyond the Relaxation Response*.

dok, s vremenom, ne budu u mogućnosti da ovladaju ovom vježbom. Njihova kontemplacija i meditacija će, sa svakom novom sesijom, postajati dublja, tijela će im biti opuštenija a negativne, uznemirujuće misli uveliko će se smanjiti. U jednom trenutku shvatit će da više ne pate od stresa, uznemirenosti, pa čak ni fizičkih simptoma na koje su se obično žalili. Nekoliko istraživača, uključujući i Bensona, ustanovili su da će oni koji praktikuju ovu kontemplaciju dva puta dnevno, od petnaest do dvadeset minuta po svakoj sesiji, primijetiti znatno poboljšanje u svojim psihičkim i fizičkim simptomima i postati optimističniji, produktivniji i sposobniji za kreativno mišljenje.<sup>11</sup>

Ovo poboljšanje može se dokazati pouzdanim fiziološkim mjerenjima, kao što je smanjivanje krvnog pritiska i nivoa holesterola, što dopušta ljekarima reduciranje ili čak prestanak davanja potrebnih lijekova pacijentima, pa čak i hronično bolesnim, koji su lijekove uzimali godinama prije praktikovanja transcendentne meditacije. S tim u vezi, Benson spominje da je nivo holesterola u krvi pacijenata koji su praktikovali opuštanje i meditaciju, povezane sa vjerskim faktorom, reduciran za trideset pet procenata u poređenju s pacijentima koji se nisu podvrgli liječenju meditacijom.<sup>12</sup> Slično istraživanje pokazuje da je brzina pulsa pacijenta smanjena za značajna tri otkucaja po minuti a da se potrošnja oksigena i krvne glikoze jednako smanjuje. Na drugoj strani, posebnim aparatom (electroencephalogramom) ustanovljeno je da se alfa talasi, na koje se utječe mirnoćom i opuštanjem, povećavaju.

Drugo važno mjerenje psiho-fizičke promjene jeste varijacija u otporu kože na slabu električnu struju, što je poznato kao mjerenje psiho-galvanske kožne reakcije. Takav otpor na električnu struju, koja je tako mala da je osoba podvrgnuta testu

---

<sup>11</sup> Benson, *Beyond the Relaxation Response*.

<sup>12</sup> Benson, *Beyond the Relaxation Response*.

jedva može osjetiti, smanjuje se povećavanjem znojenja i vlažnosti ljudske ruke, i obrnuto. Prema tome, kada je osoba uznemirena, znojne žlijezde na dlanu luče više znoja i vlažna ruka postaje bolji provodnik blage električne struje. Kada je, međutim, osoba opuštena, suh dlan pruža veći otpor struji. Rezultat se može lahko registrovati pričvršćivanjem specijalnih elektroda za dlan osobe i unošenjem rezultata električne struje na specijalni instrument ili kompjuter. Lawrence Le Shan, u svojoj knjizi *Kako meditirati (How to Meditate)*, kaže da transcendentna meditacija izaziva posebno stanje, direktno suprotno stanju zabrinutosti ili ljutnje, kao i da povećava otpor kože za više od četiri stotine procenata.<sup>13</sup>

Ubjedljiva očiglednost ovih psiho-fizičkih mjerenja još više je potvrđena dramatičnim izvještajima koje su iznijeli sami meditatori: glavobolje, hronični probavni poremećaji, bolovi u prsima i drugi psiho-fiziološki simptomi su, kako se prenosi, nestali. Nesanica, stres i anksioznost jednostavno iščezavaju. Fizički simptomi, iako ne prestaju u potpunosti, znatno slabe, tako da pacijent obično postaje manje zabrinut za njih.

Među važnim psihološkim promjenama koje su potvrdili meditatori, bez obzira da li su bolesni ili zdravi, jeste i neizmjeran osjećaj smirenosti koji ih obuzima. Oni, također, govore o snažnom osjećaju samospoznaje i izrazite blagonaklonosti prema stvorenom poretku, toplom osjećanju prema drugima, ogromnom optimizmu i rastućoj sposobnosti za produktivne napore i kreativno mišljenje. Mnogi meditatori, također, porede ovaj osjećaj s osjećajem onoga koji se vraća svome domu nakon mnogih godina izbjivanja.

Le Shan tvrdi da ovi dvosmisleni osjećaji, koji su smješteni iznad fizičkog svijeta, nisu imaginativni i samonadahnuti. Tu činjenicu potvrđuje i sličnost samih kazivanja asketa,

---

<sup>13</sup> L. Le Shan, *How to Meditate* (London: Bantam Books, 1988).

pobožnjaka i mistika iz svih dijelova svijeta kroz historiju. Da bi dalje dokazao svoju tvrdnju, Le Shan se obraća fizici:

Da smo bar naučili jednu stvar iz moderne fizike, a to je da mogu postojati dva gledišta o nečemu, koja su međusobno kontradiktorna, a koja su, ipak, jednako "ispravna". U fizici se to naziva princip komplementarnosti. On kaže da za potpuno razumijevanje nekih fenomena, mi im moramo prići sa dva različita gledišta. Svaki od njih reći će nam sam samo pola istine.<sup>14</sup>

Kao podršku ovom navodu, moramo se sjetiti da su Ajnštajnova teorija relativiteta i kvantna fizika srušile Newtonovu sliku univerzuma kao satnog mehanizma. Ustvari, nova fizika jasno je dokazala da se ono što se pojavljuje kao jedna stvar može pretvoriti u svoju suprotnost. Na subatomske nivou, ono što se može eksperimentalno dokazati kao čestice ili entiteti, a koji su ograničeni na jedan veoma sićušan volumen, može se, također, vidjeti i kao valovi, koji se protežu preko velikog prostora. Činjenica da postoji dovoljno dokaznog materijala za oba kontradiktorna koncepta jeste ono što je zbunjivalo mnoge fizičare kada su je prvi put otkrili. Ajnštajnova teorija relativiteta oborila je, također, naš koncept materije i vremena. Na prvi koncept sada se gleda kao na koncentrisanu energiju koja može eksplodirati kao pečurka atomske eksplozije a drugi je jednostavno postao četvrta dimenzija. Ako se sve ovo može desiti na materijalnom nivou znanja, onda ne treba biti iznenađen što postoji, kako le Shan tvrdi, jedno više znanje o univerzumu i životu, koje ljudska bića mogu postići putem meditacije.

Prema tome, naširoko sam razmatrao negativne i pozitivne utjecaje strasti, emocija, vjerovanja i drugih kognitivnih aktivnosti koje uključuje proces kontemplacije na ljudsko psiho-fizičko zdravlje. Ukratko sam izložio nekoliko studija koje pokazuju kako ljudi mogu sami sebe mučiti psiho-fizičkim bolestima ili oslabiti svoj imunitet na mikrobiološke bolesti

---

<sup>14</sup> L. Le Shan, *How to Meditate*, str. 109.

ili kako se, pak, mogu liječiti i podići na viši nivo egzistencije. Naglasio sam, također, ulogu kontemplacije na Zapadu i spomenuo neke jednostavne korake koji se mogu usvojiti u praksi meditacije kao terapije.

Muslimanima nije teško uočiti sličnost ove vrste terapeut-ske meditacije s kontemplacijom nebesa i Zemlje i zahvalom i zikrom. Obje prakse dijele usredsređenost na objekat meditacije, kao i pokušaj da se eliminiraju ili smanje vanjske i unutrašnje smetnje, tj. sve ono što može uznemiriti um, bilo da su to vanjski šumovi ili unutrašnje uznemirujuće misli. Slične su, također, i po korigovanju i ponavljanju meditativnih značenja pravilnim tempom, sve dok meditator ili zahvalni kontemplator ne otkrije jedno novo značenje, neobično razumijevanje ili iskustva nove vizije. Obje prakse koriste duboku kontemplaciju da iz tamnice svakodnevne rutine materijalnog života i granica uobičajenosti oslobode statično čulno opažanje kako bi se slobodno uputilo udaljenim horizontima i jednom širem polju znanja.

Uputstva koja terapeuti daju u knjigama i na edukativnim vrpčama o meditaciji i opuštanju, a koja su kombinirana s upotrebom vjerskog faktora, što je postalo popularno u Evropi i Americi, slična su radnjama koje pobožni muslimani obavljaju sjedeći poslije obavljenog dnevnog namaza, obuzeti kontemplacijom milosti Božije, Njegove veličanstvenosti i preciznosti Njegova stvaranja, uz neprestano ponavljanje riječi zahvale i veličanja Svemoćnog. Interesantno je zapaziti da Benson, ukazujući na ovu očitu sličnost, ne savjetuje pripadnike različitih vjera da koriste samo njegove meditativne tehnike, nego, također, predlaže i same riječi i fraze koje mogu ponavljati kada su potpuno opušteni u svojoj meditaciji. On, naprimjer, piše:

Muslimani bi mogli ponavljati riječi poput ovih:

- Riječ za Boga – *Allah*
- Neke od riječi koje je Bog saopštio Muhammedu, a.s., prilikom prve objave Poslaniku: “Plemenit je Gospodar tvoj...”



- Riječi jednog od prvih muslimana koji je zvao "pravovjerne" na namaz. Premda ga je njegov vlasnik mučio tako što mu je uskraćivao vodu u pustinji, on je istrajao u ponavljanju *ahadum*, ili Jedan (Bog), sve dok ga njegov vlasnik nije ostavio na miru.<sup>15</sup>

U svom posljednjem prijedlogu, Benson je mislio na Bilāla, omiljenog Poslanikovog ashaba, premda pogrešno čita arapsku riječ *ahadun* kao *ahadum*. Naravno, muslimani koji slijeđe učenje Poslanika, redovnim opuštanjem i kontempliranjem poslije klanjanja pet dnevnih namaza znaju koje fokusne riječi da upotrebljavaju, pošto ih je sam Poslanik specificirao. Ove riječi i kratke fraze su: "Slavljen neka je Allah" (*Subhānallāh*), "Zahvala pripada Allahu" (*El-hamdu li Allāh*) i "Bog je najveći" (*Allāhu akber*).

Interesantno je primijetiti da je Benson snažno vjerovao da pacijenti, nakon što su stekli potrebno iskustvo u meditaciji s vjerskim faktorom, ne moraju više ležati ili ležerno sjediti. Oni se mogu opušitati i meditirati, ponavljajući sržne riječi vjere, čak i dok šetaju, trče ili plivaju. Ovo nas podsjeća na islamsku kontemplaciju, pošto u Kur'anu Svemoćni hvali vjernike koji Ga se sjećaju dok stoje, sjede ili leže na bokovima (Kur'an, 3:191).

Kada se uzme obzir očigledna sličnost između meditacije ukorijenjene u drevnim orijentalnim religijama i islamske kontemplacije, može se prihvatiti teorija koju je izložio Abūl A'lā Mawdūdī prema kojoj postoji vjerovatnoća da su budizam i hinduizam bile objavljene vjere, ali da su, slično mnogim drugim drevnim religijama, postepeno izgubile svoju čistoću i vjernost Jednom Bogu. Kako su stoljeća prolazila, u njima nije ostalo ništa osim devijantnih vjerovanja i rituala bogoštovlja.<sup>16</sup> One su, naprimjer, zadržale neke obrede, kao što je meditacija,

<sup>15</sup> Benson, *Beyond the Relaxation Response*, str. 111.

<sup>16</sup> Abūl A'lā Mawdūdī, *Mabādī' al-Islām* (Damascus: Dār al-Qur'an al-Kerīm, 1977).

iako su napustile svoj istinski i prvotni cilj – vjerovanje Boga i kontempliranje Njegova stvaranja. Sekularni i pragmatični zapadni svijet je, ne usvajajući njihove istinske religijske ciljeve pa ni njihove devijantne orijentalne korijene, kopirao ove nepotpune prakse kada su potvrđene njihove medicinske i psihoterapeutske koristi.

Kako je prethodno spomenuto, svi islamski obredi i forme ibadeta i sve šerijatske naredbe i zabrane imaju korist za čovječanstvo na ovom svijetu i na ahiretu. Ove koristi nekima su poznate, nekima nisu. Jasno je, naprimjer, da su koncentracija i ozbiljna meditacija o nekom duhovnom ili moralnom predmetu korisne za svakoga. Koristi bi se povećavale ako bi kontemplacija bila praćena ponavljanjem riječi i značenja povezanih s meditatorovim vjerovanjima. Meditaciji, također, pomaže ako se meditatori prepuste stanju mirne opuštenosti, u kojoj ostavljaju po strani svakodnevne okupacije i misli, pokušavajući se spojiti s onim što je iznad materije i prodrijeti izvan svijeta čula. Moglo bi im, također, koristiti usredsređivanje prefinjenih čula na prirodne zvukove i aktivnosti u njihovoj okolini, poput cvrkutanja ptica, šuštanja drveća na povjetarcu ili, čak, usredsređivanje na stalne unutrašnje aktivnosti kao što su vlastito disanje ili kucanje srca – proces nazvan “svjesna meditacija”. Sposobnost da se čovjek može okoristiti meditacijom osobina je koju je Bog usadio u ljudsku prirodu kako bi omogućio pojedincu da Ga vjeruje, slavi i spozna. Ako ljudi koriste ovaj dar na ispravan duhovan način, postići će njegove psiho-fizičke vrijednosti kao i očekivanu Božansku nagradu. U suprotnom, ako ga ne upotrebljavaju na takav način, ipak će doseći njegove osnovne koristi.

Ove koristi, koje uživaju i nemuslimani koji prakticiraju meditaciju, slične su onim koristima koje bi isti uživali ako bi se pridržavali različitih formi čišćenja, kao što je pranje zuba nekoliko puta dnevno, redovito pranje (kao u *wudū’u* i *ghushu*) i potkraćivanje nokata, ili ako bi vršili lagahnu fizičku vježbu

kao u islamskim dnevnim molitvama (namazima), ili, pak, ako bi izbjegavali alkohol, droge, bludničenje, sodomiju i pretjerivanje u jelu. Muslimani praktikanti izvršavaju sve ove korisne aktivnosti kao obavezne vjerske dužnosti ili zato što su sljedbenici sunneta svog Poslanika. Oni ostvaruju ove koristi na ovom svijetu i stižu Božije zadovoljstvo na ahiretu, a nemuslimani, jednostavno, od ovih higijenskih i djelotvornih praksi imaju koristi na ovom svijetu. Ove djelotvorne prakse ponekad privlače ljude koji, bez obzira na rasu i sredinu, imaju prirodnu, urođenu sklonost ka takvom načinu života, na isti način kao što ih privlače tekuće rijeke, zelenilo i fizička ljepota. Kontemplativni vjernici, prema tome, ostvaruju sve ove zdravstvene koristi, fizičke i psihičke, kao što doživljavaju i jednu mnogo dublju i napredniju kontemplaciju zbog svoje ispravne vjere, duboke pronicljivosti i jasnoće vjerske vizije.

Također, muslimani praktikanti često nalaze kontemplaciju jednim relativno lahkim poduhvatom, pošto su je, još od ranog djetinjstva, navikli praktikovati u svakodnevnim namazima. Premda je jezik Kur'ana jedinstvena arapska simfonija, njegova kratka poglavlja mogu razumjeti i djeca, kao što mogu i razmišljati o ajetima, dok ih izgovaraju u svojim namazima, u kojima se slavi i iskazuje zahvalnost Bogu. Oni "kontempliraju" u granicama svog ograničenog iskustva i nepotpune zrelosti.

Iluminativno je, s tim u vezi, spomenuti da je Benson našao da ova maditativna i duhovna iskustva i obredi imaju veoma velike zdravstvene koristi za njih kada odrastu, čak ako bi ih, kad odrastu, prestali praktikovati. On piše:

Zapamćena dobrotu čini religijski obred veoma moćnim mehanizmom. Postoji nešto veoma utjecajno u prizivanju nekog obreda koji ste možda prvi put praktikovali u djetinjstvu, u obnavljanju nervne staze koja se formirala prilikom vašeg mladalačkog doživljavanja vjere. Kroz svoju medicinsku praksu, koja se pokazala ispravnom, uvidio sam da tako

stvari stoje kod mnogih odraslih koji su ostavili vjeru koju su praktikovali u svojoj mladosti.<sup>17</sup>

Benson, zatim, nastavlja s objašnjavanjem psiho-nervnih mehanizama ovog interesantnog fenomena:

Čak i da doživljavate obred iz jedne potpuno različite perspektive zrelosti i životne historije, riječi koje čitate, pjesme koje pjevate i molitve koje izgovarate smirit će vas na isti način kao što su vas smirivale u, vjerovatno, prostijem doba vašeg života. Ako i niste svjesni postojanja bilo kakve istinske drame ili emocije pridodate obredu, mozak zadržava sjećanje na konstelaciju aktivnosti vezanih za obred – i emocionalnog zadovoljstva koje dozvoljava mozgu da izvaga njegovu važnost kao i pucanja nervnih ćelija, interakcija i hemijskih oslobađanja koja su bila prva aktivirana.<sup>18</sup>

Prema tome, kontemplativni musliman praktikant može postići visoki nivo meditacije s minimumom vremena i energije. Samo slušanje poetičnih riječi Kur'ana, proučenih lijepim glasom, može izazvati prefinjene meditativne reakcije za samo nekoliko minuta. Nakon nekoliko sofisticiranih eksperimenata sprovedenih na Akbar Clinics (Florida, SAD), dr. Ahmad Elkadi došao je do zaključka da muslimani, kada slušaju učenje kur'anskih ajeta, bilo da govore arapski ili ne, doživljavaju sve psihološke promjene koje ukazuju na oslobađanje od stresa i uznemirenosti, kao i topla osjećanja smirenosti i povećavanje imuniteta na bolesti. Doživljavaju, također, i druge promjene opisane ranije prilikom spominjanja transcendentne meditacije. U ovim eksperimentima dr. Elkadi koristio je najnapredniju elektronsku opremu za mjerenje krvnog pritiska, kucanja srca, mišićne napetosti i otpornosti kože na električnu struju, i ustanovio je da recitiranje Kur'ana, sasvim izvjesno, ima smirujuće dejstvo u devedeset sedam posto slučajeva. Jasno je, također,

---

<sup>17</sup> Benson, *Timeless Healling*.

<sup>18</sup> Vidi, p. 177.

da su osobe podvrgnute eksperimentu iskusile pojačanu spiritualnu reakciju koju on nije mogao izmjeriti, pošto ne postoji "spiritometar" za mjerenje ove svete dimenzije.<sup>19</sup>

Ove rezultate potvrdilo je i eksperimentalno doktorsko istraživanje dr. Muhammada Khaira al-Irgisoosia objavljeno pod mojom supervizijom na Univerzitetu Khartoum. On je odabrao jednu varijablu prikladnu za tačno fizičko mjerenje. Riječ je o povećavanju i smanjivanju krvnog pritiska, koje je bilo mjereno milimetrima žive. Doktori s Medicinskog fakulteta Univerziteta Khartoum pomogli su nam tako što su nam upućivali pacijente koji su patili od izrazito povećanog krvnog pritiska uzrokovanog stresnim načinom života i drugim nepoznatim razlozima. Studija je imala za cilj da usporedi liječenje mišićnom relaksacijom kombinovanom s podržavajućom verbalnom terapijom za liječenje, s jedne strane, i mišićnu relaksaciju kombinovanu s islamskom duhovnom terapijom koja sadržava probrane ajete i izreke Poslanika, a.s., koje govore o liječenju bolesti, s druge. Pacijenti su bili podijeljeni u tri grupe: eksperimentalnu grupu, pažljivo formiranu kontrolnu grupu i grupu s kojom je izvršen trening mišićne relaksacije ali bez podržavajuće (supportive) terapije ili navoda iz Kur'ana.

Rezultati su bili nedvosmisleni. Premda je kod svih pacijenata primjetan napredak, stopa poboljšanja kod pacijenata koji su imali terapiju opuštanja kombinovanu s islamskom spiritualnom terapijom bila je značajno veća u odnosu na druge dvije grupe. Ovo statistički značajno poboljšanje održalo se mjesecima nakon terapije a doktori su nekim svojim pacijentima preporučili prestanak uzimanja lijekova, jer se njihov krvni pritisak vratio na svoj normalni nivo.<sup>20</sup>

<sup>19</sup> Vidi: Ahmed Elkadi, "Qur'anic Concepts for Eliminating Negative Emotions: Another Aspect of the Healing Effects of the Qur'an", neobjavljeni referat prezentovan na petoj internacionalnoj konferenciji o naučnim znakovima Kur'ana i Sunneta. Moskva, Rusija, septembar 1993.

<sup>20</sup> Vidi: Muhammad Khair al-Irgisoosi, "The Influence of Muscular Relaxation and Islamic Prayer in the Treatment of Essential Hypertension", Ph.D. thesis (University of Khartoum,

Može se, prema tome, reći da istinska vrijednost islamske meditacije leži u njenoj vezi s vjerovanjem, zikrom i slavljenjem Boga i traženju Njegove pomoći. Stoga je sličnost između kontemplacije, kao islamske forme ibadeta, i drugih formi istočne i zapadne meditacije zapravo samo površna, zato što je temelj islamske kontemplacije vjerovanje u Jednoću Boga. Islam je duboko racionalna vjera, koja proklamuje da je Svemoćan samo Jedan Koji održava ovaj univerzum, od njegovog beskrajno malog elektrona do njegove najkolosalnije galaksije. Ovo vjerovanje nije samo kamen temeljac svih formi islamske meditacije, nego je, također, sami temelj islama.

Islamska kontemplacija zasniva se na progresiji meditiranja od stvorenog do Stvoritelja stvorenog. Ona je mirno i racionalno kretanje, pošto je islam sačuvan od bilo kakvog pridruživanja stvorenja ili objekata Svemoćnom, kao što je sačuvan i od svakih drugih politeističkih devijacija.

Ateistima se pruža mogućnost kontempliranja neizmjerne ljepote univerzuma s nejasnim shvatanjem da je “majka priroda” ili da je “veliki prasak” to što je dovelo svijet u postojanje, ili da, jednostavno, izbjegnju pitanje nastanka svijeta, onakvog kakav on jeste. Oni kontempliraju s emocionalnom strasti, potpuno zanemarujući pitanje načina stvaranja univerzuma. Isto tako, pagani ili politeisti, koji vjeruju da su mnogobrojni bogovi, boreći se međusobno, oni koji su sve stvorili, naći će veoma teškim meditiranje svojim racionalnim umovima i srcima, pošto mogu proturječiti jedan drugom. Iz ovog razloga zapadnjacima, koji žele da imaju “mistično iskustvo”, savjetuje se da izbjegavaju “na razumu utemeljene forme vjerovanja”.<sup>21</sup> Benson, komentirajući knjigu *A History of God* (Karen Armstrong), nalazi opravdanje za takva savjetovanja pa kaže da mistično

---

1992). Studija je prvotno bila upisana kao magistarska teza iz filozofije ali je uzdignuta na nivo doktorske teze zbog svoje temeljitosti i doprinosa, a dodijeljena je 1992.

<sup>21</sup> Benson, *Timeless Healing*, str. 158.

iskustvo nije racionalno, nego "intuitivno i neverbalno". Armstrongova to naziva "šutljiva kontemplacija". Ona piše:

Mistično iskustvo ... je subjektivno iskustvo koje podrazumijeva jedno unutarnje putovanje i ne predstavlja percepcije objektivne činjenice izvan sebe. Prije negoli posredstvom moždane, logičke sposobnosti, poduzima se posredstvom dijela mozga koji pravi slike (imaginacija). Konačno, to je nešto što mistik oprezno izaziva unutar sebe.<sup>22</sup>

Le Shan upućuje isti savjet meditatorima kao i Benson i Armstrongova. Početnika u meditaciji upozorava: "Pokušaj da u procesu ne budeš verbalan ili intelektualan. To je osjećanje, gašenje 'radara', više negoli je intelektualni proces."<sup>23</sup>

Što se tiče muslimana praktikanata, njihova je kontemplacija duhovna praksa u kojoj se sve njihove spoznajne i duhovne sposobnosti aktiviraju zarad traženja istinske spoznaje Svemoćnog. To nije iracionalan ili emocionalan napor da se izliječi poremećaj niti bolno vježbanje u kojem se tijelo muči višednevnim stajanjem na jednoj nozi ili, pak, spavanjem u krevetu na oštrim ekserima. Islamska kontemplacija jeste vid ibadeta koji veže srce i um, racionalno saemocionalnim, razumno sa strasnim... U islamskoj kontemplaciji trezvenim kontemplatorima pruža se prilika da budu u boljem duhovnom stanju u kojem će se njihove molitve, Božijom voljom, uslišati. Na iracionalne i visoko emocionalne reakcije gleda se s neodobravanjem a izmijenjena stanja svijesti nisu, kako je prethodno spomenuto, cilj kojem se teži. Isto tako, povremena paranormalna iskustva, koja se mogu pojaviti kao rezultat veoma duboke meditacije i koja istočni i zapadni mistici cijene u tolikoj mjeri da su spremni odbaciti rasuđivanje ili tolerisati oštru tjelesnu bol da bi ih imali, u istinskoj islamskoj kontemplaciji niti se traže niti su predmeti uzbuđenja. Osim toga, pošto mnogi obožavaoci satane mogu

<sup>22</sup> Navedeno u Benson, *Timeless Healing*, str. 158-159.

<sup>23</sup> Le Shan, *How to Meditate*, str. 77.

producirati paranormalne pojave, iskreni muslimanski vjernici i meditari s podozrenjem gledaju na takve fenomene. Zbog toga Hasan al-Basrī, u već navedenoj izjavi, smatra svjesno sjećanje (zikr) i kontemplaciju Boga dvjema stranama istog novčića. Islamska kontemplacija, s jedne strane, i ateistička ili politeistička meditacija, s druge, mogu se opisati, kada se usporede, kao dvije identične morske školjke, od kojih jedna sadrži rijedak biser, a druga ne sadržava ništa, nego ostaje obični ljuskar.

Ovo, naravno, ne znači da osjećaj sreće, psihičkog mira, bistrine uma i bliskosti koju prema svim bićima u univerzumu osjete meditari nemuslimani nisu pravi osjećaji. Kako je ranije izjavljeno, radi se o terapijskoj vježbi koja može osloboditi od fizičkih i psihičkih poremećaja. Ipak, ovaj bljesak svjetlosti i mir koji meditari nemuslimani iskuse nagrada je za njihovu težnju da se odvoje od materijalističkih veza sa svakodnevnim problemima. Oni nakratko bacaju pogled na transcendentni, duhovni horizont, možda prvi put u svom životu, i shvataju da je to veliko poboljšanje u poređenju s njihovim materijalističkim načinom života.

Ovaj osjećaj, koji ima tako velik utjecaj na nemuslimanske meditare, jedva je uporediv s onim što osjećaju vjernici, zato što oni znaju da svaki atom u ovom univerzumu slavi Svemoćnog i zahvaljuje Mu. Kur'an kaže:

*...ništa ne postoji a da Ga ne hvali, Njemu zahvaljujući,  
ali hvalu njihovu ne razabirete vi! (Kur'an, 17:44)*

Premda kontemplativni vjernici ne mogu odgonetnuti slavljenje Boga od strane univerzuma, oni osjećaju harmoniju između svog slavljenja i slavljenja svih drugih stvorenja. Ovaj osjećaj postaje intenzivniji s nastavkom kontempliranja sve dok se ne dosegne duhovna uzvišenost i osjećaj radosti i duhovnog zadovoljstva koji je neuporediv sa bilo kakvom ovo-svjetskom srećom.



Opisujući ovo stanje blaženstva, u kojem brige i oboljenja ovog svijeta iščezavaju onako kako svjetlo uklanja tamu, Ibn al-Qayyim u djelu *Madārij al-Sālikīn* kaže:

Kontemplativni vjernik koji se sjeća Boga (čini zikr – nap. prev.) počeo će uživati u samoći i osamljenim mjestima, gdje su glasovi i pokreti utihnuli... Tamo će naći snagu srca i volju, i više neće biti zabrinut i utučen... U ibadetu će, kojim se ne može zasititi, nalaziti slast. Naći će u njemu obilje zadovoljstva i ugodnosti više negoli je nalazio u igri i zabavi, ili u zadovoljenju ovosvjetskih želja... Kada doživljava ovo stanje, mnoge od ovosvjetskih želja nestaju, pošto se, za razliku od ostatka čovječanstva, nalazi u jednom potpuno drugačijem svijetu.<sup>24</sup>

Također, Ibn Taymiyyah u svom *Majmū' al-Fatāwā* (*Potpuna zbirka fetvi*) spominje neke od iskrenih kontemplatora odatih zikru. Jedan od njih je rekao: "Navikao sam biti u stanju za koje bih rekao: ako su stanovnici Dženneta u stanju sličnom ovome, onda su oni zaista u istinskoj sreći." Drugi je rekao: "Ponekad srce doživi trenutke kada igra u sreći." Treći je rekao: "Zaista budni vjernici nalaze više zadovoljstva u svome ibadetu nego oni koji se prepuste zabavi u svojoj igri."<sup>25</sup>

Kakva samo razlika postoji između praktičnih muslimanskih kontemplatora i ateista i pagana koji pate pod mnogobrojnim naslagama tame, koji putem meditacije, u svom traganju za onim što je iznad percepcije, ne mogu dosegnuti ništa osim letimičnog pogleda u ove divote! Baš tako ih je i Kur'an opisao:

*Kad god im sijevne, krenu oni, a zastanu kad im zata-mni* (Kur'an, 2:20)

<sup>24</sup> Ibn al-Qayyim, *Madārij al-Sālikīn*, str. 31-32.

<sup>25</sup> Ibn Taymiyyah, *Majmū' al-Fatāwā*, vol. 10, str. 647.

## ***Kur'an i kontemplacija Božijeg stvaranja***

Kontemplacija Božijeg stvaranja jedna je od najuzvišenijih formi ibadeta u islamu. Nije, stoga, iznenađujuće da mnogi kur'anski ajeti podstiču na ovu aktivnost, upotrebljavajući različite metode s namjerom da privuku svaki temperament i obrate se svakom duhovnom stanju. Kur'ansko obraćanje ima za cilj odvratiti ljude od njihovih zatupljenih osjećanja, loših navika i monotone uobičajenosti te ih podstaknuti da pronicljivošću uma i otvorenošću srca posvjedoče znakove svoga Gospodara u svemiru. U nastavku su nabrojani neki od glavnih metoda.

### **Nadahnuće Božijom prirodom i Njegovim uzvišenim atributima**

Istinska islamska kontemplacija može se jedino začeti u srcu koje vjeruje u Boga i u umu koji se pokorava Njemu i Njegovim Uzvišenim atributima. Ovo je nepokolebljiva vjera jednoće (*tawhīd*), koja svjedoči da je Svemogućí Jedan i Jedini Bog Koji je stvorio (*i stvara*), upravlja i uzdržava univerzum. Bilo koja druga forma kontemplacije ljepote i divote nebesa i Zemlje smatrala bi se ateizmom ili politeizmom (*shirk*), zato što kontemplator ne bi prepoznavao, a kamoli zahvaljivao Tvorcu i razmišljao o Njemu. Kur'an, iz tog razloga, često ponavlja ovu doktrinu spominjanjem Božijih Uzvišenih atributa:

*Reci: "On, Allah, Jedan je! Allah je Utočište svakome! Nije rodio, nit' rođen je! I niko Mu ravan nije!" (Kur'an, 112:1–4)*

*On je Allah! Osim Njega drugog božanstva nema! Znalac je vidljivog i nevidljivog svijeta, On je Svemilosni, Samilosni! On je Allah! Osim Njega drugog božanstva nema, Vladar, Sveti, Podaritelj mira, Darovatelj sigurnosti, Onaj Koji nad svime bdije, Silni, Uzvišeni, Gordi! Slavljén neka je Allah, On je iznad onoga što mu pripisuju oni! On je Allah! Stvoritelj, iz ničega Izvoditelj, oblikā Darovatelj! Njemu pripadaju Imena Najljepša! Njega slavi sve što je na nebesima i na Zemlji! On je Silni i Mudri! (Kur'an, 59:22–24)*

*On je Stvoritelj nebasa i Zemlje! Odakle Njemu dijete, a on nema žene?! On je sve stvorio, On zna sve! To vam je, eto, Allah – vaš Gospodar. Drugog boga osim Njega nema! Stvoritelj svega, pa Njemu robujte! On sve može, On je čuvar nad svime! Oči do Njega ne dosežu, a On do očiju doseže, On je Svemilostiv, i o svemu zna sve. (Kur'an, 59:101–103)*

Od suštinske je važnosti prihvatanje ove neiskrivljene vjere u Boga prije zapućivanja na duhovno putovanje islamske kontemplacije, pošto će ona biti svjetlo koje će voditi vjernika, kao i čvrst korijen koji će ga sprečavati da bude zaveden. Kur'an, također, koristi argumente s ciljem vođenja vjernika na njihovoj duhovnoj ekspediciji. Često su ovo snažne slike koje služe kao podsjetnici onima koji su još uvijek nemarni i okorjelog srca.

### Podsjetnici na Božije blagodatí

Kur'an pokušava da razmekša ljudska srca na mnogo načina. Jedan od njih je i spominjanje milosti i blagodatí Božijih. Kontemplacija istih može izazvati osjećaj sažaljive milosti i ljubavi.

*A stvorio je i stoku; u njoj vam je zaštita od studi, i druge koristi, a stokom se i hranite! (Kur'an, 16:5)*

*On je Taj Koji s neba spušta vodu koju vi pijete, a od nje raste i bilje kojim vi stoku napasate. On daje da vam s vodom niče žito, i masline, i palme, i grožđe, i svakovrsni plodovi! Doista, u tome je znak ljudima koji razmišljaju.*  
(Kur'an, 16:10–11)

*I On je potčinio vama i noć, i dan, i Sunce, i Mjesec; a i zvijezde su Odredbi Njegovoj potčinjene – zaista, u tome su znaci ljudima koji rasuđuju – i sve ono što je radi vas stvorio na Zemlji vrsta i boja raznolikih. Zbilja, u tome je znak ljudima koji pouku uzimaju. A On je potčinio i more – da iz njega jedete meso svježe, i da iz njega nakit vadite kojim se ukrašavate. Ti vidiš lađe kako more sijeku da biste vi iz obilja njegova sticali, i da biste zahvalni bili. I On je po Zemlji planine postavio da vas ne potresa, i rijeke i puteve, da biste se zaputili njima, i putokaze; a i po zvijezdama zapućuju se oni. Da li je Onaj Koji stvara kao onaj koji ne stvara?! Zar nećete pouku pameti primiti?! A i kad biste brojali blagodati Allahove, vi ih izbrojali ne biste! Allah doista grijehe prašta i samilostan je.*  
(Kur'an, 16:12–18)

Ovaj poziv na kontempliranje Božije milosti i ljubavi prema čovječanstvu i svim drugim stvorenjima koja nastanjuju ovaj svijet odmah pokreće osjećajna, zahvalna i mudra srca. Sljedeći kur'anski ajeti opisuju one čije su oči i srca zatvoreni za Božanski poziv na kontemplaciju:

*Ti reci: "Pogledajte sve što je na nebesima i na Zemlji." Ali, ništa ne koriste Znaci ni Opomene narodu koji neće da vjeruje!* (Kur'an, 10:101)

*A koliko ima znakova na nebesima i na Zemlji, pokraj kojih prolaze oni, okrećući glave od njih!* (Kur'an, 12:105)

Bezbrojni znakovi veličanstvenog Božijeg stvaranja, kako Yūsuf Ali bilježi u svom komentaru na posljednji ajet, "doslovno

su razbacani kroz prirodu, kroz stvaranje, za sve one koji imaju oči da vide. A čovjek je, ipak, toliko ohol da okreće svoje oči od njih.<sup>1</sup> Takvim neosjetljivim i neumoljivim srcima treba strožiji prilaz da bi se poljuljao njihov nerazumni stav.

### Opomene neumoljivim srcima

Ton ovih obraćanja često je žestok i prijeteći. Mnogi od ovih ajeta počinju pitanjem: "Zar oni nisu vidjeli?" ili "Zar oni ne vide?"

*Zar ne vide ono što je ispred njih i ono što je iza njih na nebu i Zemlji? Da mi hoćemo, Mi bismo u Zemlju utjerali njih, ili bismo komade neba na njih bacili (Kur'an, 34:9)*

*A zašto oni ne pogledaju u kamile – kako su stvorene, i nebo – kako je uzdignuto, i planine – kako su postavljene, i Zemlju – kako je rasprostrta?! (Kur'an, 88:17–20)*

Mnogi takvi navodi potiču iz kur'anskih pripovijesti ili iz riječi poslanika. Nuh, a.s., je, naprimjer, ukorio nevjernike iz svoga naroda sljedećim riječima:

*Šta vam je, zašto se vi ne nadate Allahovoj kazni, pa, On vas postepeno stvara?! Zar ne vidite kako je jedna iznad drugih Allah sedmera stvorio nebesa, i učinio Mjesec na njima svjetlom, a Sunce učinio svjetiljkom! (Kur'an, 71:13–16)*

### Hvaljenje pobožnih

Nasuprot tome, neki ajeti pružaju podsticaj i izražavaju pohvalu duhovno budnima, onima koje sve što na svijetu vide podsjeća na bezbrojne Božije blagodati i iz čega uzimaju pouku.

<sup>1</sup> Yūsuf Alī, *The Holy Qur'ān: Text translation and Commentary* (Maryland: Amana Corporation, 1989), str. 582, fn. 1788 za ajet 12:105.

Postoje pobožni koji se sjećaju Boga (zikr čine – nap. prev.) u svakom psihičkom i fizičkom stanju svoje duše i tijela:

*Doista, u stvaranju nebesa i Zemlje, i u izmjeni noći i dana znaci su za ljude pametne. Za one koji Allaha spominju i stojeći, i sjedeći, i na stranama svojim ležeći, i koji razmišljaju o stvaranju nebesa i Zemlje: "Gospodaru naš! Ovo nisi zaludu stvorio Ti! Slavljem nek' si! Sačuvaj nas kazne u vatri!"* (Kur'an, 3:190–191)

### Obraćanja urođenom estetskom osjećaju

Kur'an, također, poziva ljude da kontempliraju Božanske znakove u univerzumu, budeći urođeni estetski osjećaj u njima. Sljedeći ajeti imaju za cilj buđenje iskrenih ljudskih osjećanja i emocija kako bi im omogućili da zapažaju ljepotu svega na Zemlji, bilo da je riječ o različitim bojama i nijansama, biljkama, životinjama, ili čak neživim objektima:

*Zar ne vidiš da Allah s neba vodu spušta, pa Mi pomoću nje izvodimo plodove raznolikih boja, a ima planina bijelih i crvenih puteva, raznolikih boja, i onih tamnih, crnih! A ima ljudi, i životinja i stoke isto tako boja raznolikih! I Allaha se boje od robova Njegovih onī učeni. Allah je zbilja silan i On prašta.* (Kur'an, 35:27–28)

Pronašli smo, također, ajete u kojima Svemoćni, nakon što podsjeća ljudski rod na blagodatni stvaranja stoke za njihovu ishranu i upotrebu, poziva Svoje robove da kontempliraju njihovu ljepotu:

*A stvorio je i stoku; u njoj vam je zaštita od studī, i druge koristi, a stokom se i hranite! U njoj vam je i gizda kad je sa ispaše vraćate i kad je na ispašu gonite!* (Kur'an, 16:5–6)

*Onaj koji je lijepom dao svaku stvar koju stvorio je, i čovjeka prvog stvorio od gline. (Kur'an, 32:27)*

U svom važnom djelu *Fi Zilāl al-Qur'ān* (U sjeni Kur'ana), Seyyid Qutb tumači ovaj posljednji ajet sljedećim dirljivim riječima:

Ovaj svijet je lijep, neiscrpno lijep. Čovjek može imati ovu ljepotu i uživati u njoj koliko god želi, i koliko Stvoritelj ovog svijeta želi. Element ljepote u ovom svijetu nije slučajna. Savršenstvo stvaranja rezultira ljepotom. Ono je vidljivo je u ljepoti svakog organa i svakog stvorenja. Pogledaj u pčelu, cvijet, zvijezdu, noć, dan, sjene, oblake, muzikom prožet cijeli univerzum, ovu savršenu i potpunu harmoniju! To je jedno ugodno putovanje u ovom univerzumu ljepote i savršenstva. Kur'an nas poziva da obratimo pažnju na sve ovo kako bismo mogli razmišljati i u tome uživati. Zbog toga ajet *Onaj koji je lijepom dao svaku stvar koju stvorio je* podstiče srce da pronađe aspekte ljepote i savršenosti u ovom ogromnom univerzumu.<sup>2</sup>

### Vlastito povjerenje Svemoćnog u Njegovo stvaranje

Ipak, najvažnija stvar koja podiže status kontemplacije jeste zaklinjanje Boga nekim od svojih stvorenja. Ovo je najveći podsticaj da se razmišlja o tom stvorenju, ispituju njegove dubine i duboko razmišlja o njegovom značenju. Svemoćni se zaklinje zorom, jutrom, sumrakom, mjesecom, smokvama i maslinama. Zaklinje se, još, vjetrovima, zvijezdama, nebom, praskozorjem i spuštanjem noći.

Nema nikakve sumnje da je visok status koji islam daje kontemplaciji ono što je navelo pobožnjake i askete, kao što je Al-Hasan al-Basrī, da tvrde da je "jedan sat kontemplacije bolji od cjelonoćnog bdijenja u ibadetu", ili, pak, emevijskog halifu Umera

<sup>2</sup> Sayyid Qutb, *Fi zilāl al-Qur'ān* (Beirut: Dār al-Shurūq, n.d.), knjiga 5, str. 2809.

ibn Abd al-Azīza da kaže da je "činjenje zikra dobro djelo, ali da je kontemplacija Božijih blagodati najbolji vid ibadeta."<sup>3</sup>

### Islamski podstrek na samokontemplaciju

Ljudsko nepoznavanje samih sebe i njihov neuspjeh da kontempliraju i proučavaju pitanja čovječanstva islam smatra frapantnim primjerima nemara i nedostatnog promatranja jednog od najvećih Božijih znakova u svemiru. Kada islam poziva ljude da kontempliraju nebesa, mora, planine i rijeke, i da meditiraju o onome što je Bog stvorio kao korist za čovječanstvo, šta se, onda, može reći za meditaciju o stvaranju čovjeka, pred kojim meleki, Božijom voljom, ničice padaju i kome je On potčinio sve što postoji na nebesima i na Zemlji?

*I potčinio vam je ono što je na nebesima i na Zemlji, sve je to od Njega! Zbilja su u tome znaci za ljude koji razmišljaju. (Kur'an, 45:13)*

Dok postoje mnogi kur'anski ajeti koji podstiču na meditaciju nebesa i zemlje uopće, i u kojima se čovjek smatra najvažnijim stvorenjem, postoji, također, mnogo ajeta koji se specifično tiču kontempliranja stvaranja ljudske vrste. Kur'an, kako je prethodno spomenuto, upotrebljava sva sredstva da probudi ljudska srca iz njihovih zatupljenih osjećaja i monotone uobičajenosti, s ciljem uvida i svjesnog posvjedočenja znakova Gospodara na nebesima i na Zemlji. Ajeti koji se tiču ljudske vrste slijede iste metode podsticanja i imaju za cilj da zadovolje svako srce i svako emocionalno stanje.

Sljedeći ajeti primjeri su koji podrobno govore o stvaranju čovjeka i blagodatima koje je Bog dodijelio ljudima osjećajnih srca:

---

<sup>3</sup> Al-Hāfiz ibn Kathir, *Tafsīr al-Qur'ān al-Azīm*, (Beirut: Dār al-Ma'rifah, 1969), Knjiga I, str. 438.



*A mi čovjeka od suštine zemlje stvaramo, potom ga kao sjemenu kaplju na mjesto sigurno stavljamo, sjemenu kaplju zametkom potom učinimo, pa zametak grudom mesa učinimo, grudu mesa kostima potom učinimo, pa kosti mesom zaodijemo, a potom ga kao stvorenje drugo oživimo, pa nek' je slavljen Allah, stvoritelj najljepši!* (Kur'an, 23:12–14)

*Ti reci: "On je Onaj Koji vas stvara i sluh, i vid, i razum daje! Malo vi zahvaljujete."* (Kur'an, 67:23)

Što se tiče okrutnih i oholih srca, Kur'an im se obraća sličnim prijekornim pitanjima:

*Zar čovjek ne vidi da ga Mi stvaramo od sjemena kapi, a on – neprijatelj otvoreni!* (Kur'an, 36:77)

*Zar vas Mi od vode hude ne stvaramo, koju potom na mjesto sigurno stavljamo, do roka znanoga?! Tako smo Mi odredili! O, divni li smo Mi odreditelji! Teško toga dana poricateljima!* (Kur'an, 77:20–24)

Kada je riječ o buđenju estetskog aspekta čovjekove prirode, Svemoćni kaže:

*Mi čovjeka stvaramo u najljepšem skladu.* (Kur'an, 95:4)

*Nebesa i Zemlju s Istinom stvorio je, a i vas oblikuje i likove vaše vam lijepe daje! K Njemu je povratak.* (Kur'an, 64:3)

Baš kao što se Bog zaklinje nekim od Svojih kosmičkih znakova i stvorenja na Zemlji, On se, također, zaklinje ljudskom dušom. Ponekad je to u kontekstu Njegovih kosmičkih znakova a ponekad u vezi sa Sudnjim danom, čime se ljudska duša uzdiže do najvišeg stupnja. Sura *Al-Qiyāmah* počinje ovom slavnom zakletvom:

*Ne! Kunem se Danom Sudnjim, Ne! Kunem se dušom koja samu sebe kori! Zar misli čovjek da Mi kosti njegove nećemo sabrati?! Hoćemo! Izravnati mu jagodice njegove možemo! (Kur'an, 75:1–4)*

Božanska zakletva može, također, doći i kao zavjet za stvaranje savršeno skladnog ljudskog bića i zavjet da će u nje ga udahnuti život, a nakon spominjanja svemira, gdje se Bog zaklinje suncem, mjesecom, danom, noću, nebeskim svodom i izravnatom zemljom:

*I duše, i Onoga Koji je stvorio, pa je nadahnu da znade šta zlo joj je a šta dobro je, uspjeh će onaj ko je očisti, a izgubit će onaj ko je uprlja! (Kur'an, 91:7–10)*

Svemoćni se također zaklinje i drugim bitnim karakteristikama ljudske vrste. U jednoj malojoj ali sadržajnoj suri, Bog se, naprimjer, zaklinje kratkim ljudskim vijekom na Zemlji, nakon kojeg će čovjek biti ili uzdignut na visoku razinu blaženstva ili će propasti:

*Tako mi vremena, čovjek je na gubitku, doista – osim onih koji vjeruju i dobra djela čine, i koji među se Istinu preporučuju, i koji među se strpljenje preporučuju! (Kur'an, 103:1–3)*

Bog se, također, zaklinje i Svojim Uzvišenim Bićem da bi se potvrdile istinitosti Kur'ana, navodeći za primjer jedan od najvažnijih darova kojim je On obdario ljude – sposobnost da pričaju i komuniciraju jedni s drugima:

*Pa, tako Mi Gospodara neba i Zemlje, to je istina kao što je istina da vi govorite! (Kur'an, 51:23)*

Ovo su samo neki kur'anski ajeti koji podstiču ljude da kontempliraju sami sebe. Zaista, da ne postoji ništa pored ljudskih

bića u svemiru, što bi naglasilo čudo Božijeg stvaranja, to bi bilo dovoljno da ih navede na apsolutnu pokornost njihovome Stvoritelju. Ljudi će, ustvari, uvijek biti zagonetni zbog svoje duše, svoga duha i svoga uma, što su tvorevine koje ih odlikuju kao ljudska bića. Premda su ovo samo neke od njihovih komponenti, one ne mogu biti ovaploćene u vremenu i prostoru, i stoga će ostati iznad ljudskog razumijevanja. Shvatanje da ljudi, sami, nisu u mogućnosti u potpunosti razumjeti svoj identitet najveći je izazov koji ih poziva na pokornost i umjerenost.

Čak i jednostavnije psihološke pojave, čiji se efekti mogu registrovati u laboratoriji, poput učenja, pamćenja, emocija i motivacije, psihologija još uvijek ne može u potpunosti dokučiti. Nabrojane karakteristike dotiču se samo spoljašnjih aspekata njihovih neograničenih dubina, što je nalik dječijem igranju u blizini obala beskrajnog okeana. Osim toga, opipljivi biološki i materijalni aspekti ljudske vrste mogu se jedino razumjeti na površnom nivou. Čak i ako bi čitava ljudska vrsta provela cijeli svoj život istražujući znakove Božije u ljudskom tijelu, to bi bilo samo grebanje po površini. Kako je prethodno spomenuto, ljudski mozak je još uvijek najzagonetnija stvar u svemiru. Sva zbunjujuća dostignuća u nauci samo su povećala ljudsku zavidljivost složenošću biološkog kompjutera smještenog unutar njihove lobanje. Benson piše u *Timeless Healing*:

(mozak) je tako složen, tako konstantno u kretanju, tako izražajan i izvanredno povezan da su sva naša nastojanja da opišemo njegove radnje, po prirodi, simplistična. Svako vrijedno otkriće koje napravimo samo dalje objašnjava kako su mozak i nervni sistem, koji nam pružaju život i zdravlje, kretanje i pamćenje, intuiciju i mudrost, začuđujuće složeni. Ono što se čini da je prosta grudva želea skuplja se a potom zadržava informacije o svakom pokretu, svakom dahu, svakom događaju koji vam se desio ili će se čak desiti, kao i svaku misao ili san koji ste imali ili ćete imati.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Benson, *Timeless Healing*, str. 68-69 i 74.

Stoga će Božanski poziv, koji pita kako ljudi mogu biti slijepi na začuđujuće stvaranje njihove vlastite prirode – “*i u vama samima, zar ne vidite?!*” (Kur'an, 51:21), ostati uvijek svjež i izazovan kao pri samom objavljivanju. Da bi se dodatno razjasnilo značenje ovog ajeta, može biti korisno zaključiti ovo poglavlje citiranjem Sayyida Qutba:

*“I u vama samima, zar ne vidite?”* Čovjek je najveće čudo na ovoj zemlji. Nemaran je spram svoje vlastite vrijednosti i zagonetki koje ga krasi onda kada je njegovo srce nemarno prema vjeri i kada je lišen blagodati potpune sigurnosti. On je čudo po svojoj tjelesnoj formi – po tajnama svog tijela, po svojoj duhovnoj konstituciji i po zagonetkama svoje duše. On je čudo iznutra i čudo izvana, pošto predstavlja elemente ovog univerzuma.

Ti tvrdiš da si mikrokosmos,  
dok, ustvari, sadržavaš makrokosmos.

Svaki put kada čovjek kontemplira samog sebe, suočava se sa zadivljujućim i zbunjujućim misterijama: formacijom svojih organa, njihovim položajem i funkcijama; načinom na koji se funkcije izvršavaju; zagonetkama svoje duše i njenim poznatim i nepoznatim energijama; načinom formiranja pojmova i načinom na koji se oni pohranjuju i pamte. Sve ove slike ... gdje i kako se pohranjuju? Ove slike, vizije i viđenja... kako se sve prizivaju? Daleko je više nepoznanica u ovim slikama. Postoje i nepoznanice čovječanstva a ogledaju se u njegovom razmnožavanju i naslijeđu – jedna ćelija nosi sve karakteristike ljudske vrste, uključujući i one od roditelja i predaka. Ipak, sve ove karakteristike leže u tako sićušnoj ćeliji? Kako ih, opet, ta ćelija tako precizno stvara završavajući reprodukcijom ovog čudesnog ljudskog bića?<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Qutb, *Fi zilāl al-Qur'ān*, vol. 6, str. 3279-3280.



## *Kontemplacija kao neograničeni vid ibadeta*

Kontempliranje stvaranja nebesa i Zemlje, i svega što je sastavni dio njih, praksa je koju ne ometaju promjene vremena, mjesta ili prirode stvari. To je slobodan, neograničen vid ibadeta. Također je to kognitivni i emocionalni proces koji unosi živost u srce i prosvjećuje percepciju, tako da se um uzdiže od kontempliranja Božijih znakova u svemiru do kontempliranja njihovog Stvoritelja i Gospodara. Ovo je pravo značenje kontemplacije.

Što se tiče oslobađanja kontemplacije od ograničenja vremena i prostora, Kur'an podstiče na praksu kontempliranja samog početka stvaranja:

*Ti reci: "Putujte po Zemlji vi, pa vidite kako je On započeo stvaranje, i potom će Allah i po drugi put obnoviti stvaranje! Doista je Allah svemoćan!"* (Kur'an, 29:20)

Pored podsticanja vjernika na kontempliranje sadašnjosti, Kur'an ih poziva da kontempliraju i sudbine izumrlih naroda:

*A zašto oni ne putuju po Zemlji, pa vide kakav je bio kraj onih koji su prije njih bili? Bili su moćniji od njih...* (Kur'an, 30:9)

Dok naređuje vjernicima da kontempliraju ovaj svijet, Kur'an također poziva na meditaciju o budućem svijetu:

*...Eto, tako vam Allah ajete jasnim čini da biste rasuđivali o ovome i onome svijetu. (Kur'an, 2:219–220)*

Uzrok tome je što je kontemplacija koja je ograničena na prolazni svijet samo nepotpuna slika svemira i iskrivljeni koncept stvarnosti ljudskog postojanja. Stoga se vjerniku naređuje da kontemplira Božije stvaranje od početaka pa sve do Sudnjeg dana.

U pogledu slobode kontemplacije, Kur'an poziva na meditiranje o Božijim prirodnim tvorevinama, u kojima ljudska ruka ne igra nikakvu ulogu, kao što su nebesa, planine i mora. Kur'an također svraća pažnju vjernika na blagodati kojima su ljudi počastvovani, kao što su otkrića koja je Bog nekima omogućio, da bi bila od koristi ljudskom rodu:

*Doista, u stvaranju nebesa i Zemlje, i u mijeni noći i dana, i u lađi koja morem plovi natovarena onim što ljudima koristi, i u tome što Allah s neba kišu spušta i njome zemlju oživljava nakon njena mrtvila, i u tome što je rasijao po Zemlji životinje svakojake, i u naizmjeničnom kretanju vjetrova i oblaka koji predano jezde između neba i zemlje – znaci su ljudima koji razmišljaju! (Kur'an, 2:164)*

Premda su neka od ovih dostignuća i izuma, poput plovljenja brodom, ljudska djela, Svemoćni je onaj koji ih je obdario znanjem potrebnim da takva dostignuća budu moguća:

*...a ljudi znaju od Njegova znanja samo onoliko koliko On želi... (Kur'an, 2:255)*

*I podučismo ga izradi oklopa za vas, da bi vas kad ratujete štitili od vaše žesti. Pa jeste li zahvalni? (Kur'an, 21:80)<sup>1</sup>*

<sup>1</sup> Komentar ovoga ajeta preuzet je od Muhammeda Asada, *The Message of the Qur'an* (Gibraltar: Dār al-Andalus, 1980): "I poučili smo ga (Davuda) kako da pravi odjeću (bogobojaznosti)

Osim toga, ni jedno ljudsko otkriće ili izum ne može se desiti izvan prirodnih zakona koje je Bog uspostavio. Ljudski podvizi predstavljaju samo razjašnjenje značaja ovih zakona. Svemoćni je pripisao Svom Uzvišenom Biću pravo svojine nad ogromnim brodovima koji, poput pokretnih planina, plove okeanima:

*A Njemu lađe pripadaju, koje se nalik brdima po moru dižu!* (Kur'an, 55:24)

Njemu pripadaju ne samo brodovi nego, također, i avioni, rakete, sateliti i sve druge stvari koje su ljudi i žene, Božijom voljom i milošću, napravili i otkrili:

*Gospodar vaš je Onaj Koji vam morem lađu potiskuje, da biste tražili blagodati Njegove! On je, zbilja, samilo-stan prema vama.* (Kur'an, 17:66)

Žalosno je da danas neki vjernici ne kontempliraju o modernim izumima samo zbog toga što su one produkti zemalja čiji stanovnici ne vjeruju u islam ili u Jednoću Božiju. U isto vrijeme, oni vide kako je slabi muslimanski svijet postao potrošač modernih izuma i usluga, i kako je povrijeđen i osvojen modernom vojnom tehnologijom agresivnih nemuslimanskih zemalja. Usred takve emocionalne konfuzije, neki vjernici gaje

---

za vas, tako da vas ona može zaštititi od svega što vam može izazvati bojazan. Pa jeste li zahvalni (za ovu blagodat)? Imenica *labūs*... označava 'odjevni predmet'... Ali, pošto su ovaj termin povremeno upotrebljavali predislamski Arapi u značenju 'pancira' ili 'oklopne košulje', klasični komentatori pretpostavljaju da to ima ovo značenje u gornjem tekstu... Prema tome, oni razumijevaju termin *ba's*... u njegovom sekundarnom značenju 'rata' ili 'ratobornog nasilja' i prevode relevantni dio ajeta ovako: 'Mi smo ga poučili kako da pravi oklopne košulje za vas, tako da vas ona može zaštititi od (dejstva) vašeg ratobornog nasilja. Treba, ipak, imati na umu da *ba's* označava također 'zlo', 'nesreću', 'žalost' itd., kao i 'opasnost'; otuda ona označava, u svom najširem značenju, sve što *izaziva* ogorčenje ili strah. Ako prihvatimo ovo posljednje značenje, termin *labūs* može se razumjeti u svom primarnom značenju 'odjeće' – u ovom slučaju, metaforički 'odjeća bogobojaznosti' (*libās al-taqwā*), o kojoj Kur'an govori u 7:26. Predstavljen u ovom smislu, gornji ajet izražava ideju da je Svemoćni podučio Davuda kako da prožme svoj narod dubokom bogobojaznošću koja oslobađa ljude od svih duševnih bolova i svih strahova, bilo da je to strah jednih od drugih ili da je to podsvesni strah od nepoznatog. Završno retoričko pitanje *Pa jeste li zahvalni (za ovu blagodat)?* implicira da, po pravilu, čovjek ne može u potpunosti shvatiti i, otuda, nije zaista zahvalan za duhovni dar koji mu je Bog ovako pružio." Vidi: str. 497., fusnota 74, za ajet 21:80



podijeljene osjećaje. S jedne strane, vide silu, milost i darove Božije u Njegovim prirodnim tvorevinama, kao što su rijeke i planine a, s druge, mogu vidjeti velike izume moderne tehnologije, od kojih neki u njima stimuliraju sasvim negativne reakcije. Različiti zagovornici zapadnih i istočnih trendova mišljenja počeli su podsticati ovu tendenciju do stepena da je distinkcija između prirodnih Božijih tvorevina i modernih izuma ljudske vrste skoro postala rascjep između nauke i religije.

Kada se, međutim, njihova srca približe Bogu i kada imaju jasniju viziju svemira, ljudi shvataju da Zemlja i sve što ona sadržava ne predstavlja ništa drugo nego jedan beznačajan atom u beskrajnom kraljevstvu Božijem. Povrh toga, Bog u Kur'anu kaže da je On Onaj koji je stvorio ljudska bića i sve ono što su njihovi umovi i ruke napravili:

*Pa, Allah je stvorio i vas i ono što vi pravite! (Kur'an, 37:96)*

Ustvari, jedan od razloga za ponižavajući položaj muslimanskog svijeta danas jeste njegovo neobraćanje pažnje na zakone Božije na Zemlji.

Treba se, također, prisjetiti, da je Bog skretao pažnju ljudi Mekke, Medine i susjednih područja na brodove koji mirno plove okeanima, poput pokretnih planina, u vremenu kada je većina ovih brodova bila u rukama ljudi koji još nisu bili prigrlili islam. Iako su ih, Božijom odlukom, nevjernici upotrebljavali i od njih imali korist, to, ipak, nije odvratilo vjernike od kontemplacije znaka Božijeg.

Ovo kratko poglavlje pokazalo je kako je kontemplacija univerzuma neograničena duhovna aktivnost. Međutim, ovaj svijet sadrži i nevidljiva bića i pojave koje izazivaju radoznalost muslimana i formiraju bitne aspekte njihove vjere. Da li je kontempliranje ovih nevidljivih pojava također slobodno od bilo kakvog ograničenja ispitujemo u sljedećem poglavlju.

## *Kontemplacija nevidljivog i njene granice*

Premda je islamska kontemplacija jedan slobodan vid ibadeta, pošto ne postoje ograničenja za ono što čovjek može iskusiti ili zamisliti, bilo da je to vidljivo poput sunca, rijeka i planeta, ili da je nevidljivo poput meleka ili džinna, postoji, ipak, jedno ograničenje – kontemplacija samog Božanskog Bića. Ne samo da je to zabranjeno nego je, također, i nemoguće, pošto niko osim Samog Boga ne zna kakav je zaista On. Svemoćni o Samom Sebi u Kur'anu kaže:

*Stvoritelj nebesa i Zemlje! ... Ništa i niko nije kao On! On sve čuje i vidi sve! (Kur'an, 42:11)*

Osim toga, Bog je neovisan o vremenu i prostoru koji ograničavaju ljudsku vrstu. Ljudska bića ne mogu sebi predstaviti bilo kakav događaj bez upućivanja na neko vrijeme i prostor, niti mogu sebi išta predstaviti bez osvrtnja na svoje vlastito prethodno iskustvo. Pokušaj, naprimjer, zamisliti neku novu vrstu životinje, koja nije slična nijednoj životinji koju poznaješ. Ili, pokušaj zamisliti neku boju, različitu od onih koje si već vidio. Ma koliko uporno pokušavao, nećeš biti u mogućnosti da zamisliš tu životinju bez obraćanja pažnje na ono što već znaš o životinjama. Možeš joj dati krila i pridodati ih njenoj glavi, ili pričvrstiti uši na njene noge, ipak, krila, uši i noge – sve su dijelovi životinjskih tijela koje već poznaješ. Osim toga, ljudska bića mogu jedino čuti u određenim talasima i vibracijama, u čemu su ih nadmašile mnoge druge životinje i ptice.

Kako je prethodno rečeno, ljudi još uvijek znaju veoma malo o mozgu i nervnom sistemu koji ih karakteriše kao ljudska bića. Znanje o njihovim umovima, dušama i psihi skrivene su tajne i zaštićena blaga. Ako su ovo ljudska ograničenja na ovom svijetu, kako onda mogu imati odvažnosti pretpostaviti da mogu ikad kontemplirati Onoga za Koga je istina da *oči do Njega ne dosežu, a On do očiju doseže* (Kur'an, 6:103), i da je On Onaj Koji nije ograničen vremenom, pošto je On stvorio vrijeme? Ibn Mas'ūd je rekao: "Za vašeg Gospodara ne postoji ni noć ni dan. Svjetlo nebesa i Zemlje potiče od svjetla Lica Negova... Kada bude sudio na Danu sudnjem, Zemlja će svijetliti Njegovom svjetlošću."<sup>1</sup> Učenjaci, također, tvrde da se bilo kakva ljudska predstava o Božanskom biću u potpunosti razlikuje od Njega. Ibn Abbās je rekao: "Neki ljudi su pokušavali da kontempliraju Svemoćnog, pa im je Poslanik rekao: 'Kontemplirajte o Božijem stvaranju, a ne kontemplirajte o samom Bogu, jer Mu nećete nikad moći dati Njegovo pravo.'"<sup>2</sup>

Al-Ghazālī je napisao jednu pjesmu koja ovo lijepo objašnjava:

*Reci onima koji me mogu shvatiti  
Budi kratak; odgovor je tako dugačak  
(Jedna) skrivena tajna tamo leži  
Izvan dosega najboljih umova.  
Gdje je bit duše?  
Možeš li je pogledati, ili znati kako tumara?  
Dahovi, možeš li ih izbrojati?  
Ne! Ti ćeš ih sve propustiti.  
I gdje leži um? Gdje leže brige  
Kada si snom nadvladan? Reci mi, neznalice!  
Hljeb koji jedeš, ti ne znaš kako,*

<sup>1</sup> Ibn al-Qayyim, *Al-Fawā'id*, str. 235.

<sup>2</sup> Al-Suyūtī, *Al-Jāmī'*, vol. I, str. 514.

*Niti kako urin, prolazi tobom!  
 Ako ne uspijevaš da shvatiš  
 Organe koji tvoje tijelo održavaju  
 Kako doseći možeš Jednog, Silnog u prijestolju  
 Ne pitaj kako je Riječ objavljena,  
 Kako Gospodar govori, ili kako On vidi.  
 Moja riječ, nije ništa nego suvišna!  
 On nema 'gdje' niti 'kako'  
 Nego je On Gospodar 'kako'  
 I On zna kako se mijenja 'kako'.  
 On, Uzvišen u Atributima i Postojanju  
 I Viši od svega što možeš reći.<sup>3</sup>*

Božiji Atributi iste su prirode kao i Njegovo Biće. Pošto realitet Božanskog Bića može znati i razumjeti jedino On, tako je isto i s Njegovim Atributima. Ipak, vjernici mogu razumjeti ljepotu ovih Atributa i ona (ljepota) će ih voditi do Božanskog Bića u skladu sa stepenom njihove vjere. Ibn 'Abbas je rekao:

Božansko Biće je ukrašeno Njegovim slavnim Atributima a Njegovi Atributi se ogledaju u Njegovim djelima. Pa šta mislite o Božanskoj ljepoti koju karakterišu Atributi savršenstva, koja je ukrašena epitetima veličanstva i sjaja?<sup>4</sup>

Ako muslimanima nije dozvoljeno da kontempliraju Božansko Biće, pošto svojim ljudskim čulima i umom ne mogu shvatiti Njegovo uzvišeno postojanje, zašto se, onda, podstiču da kontempliraju smrt, berzeh i budućí svijet, a svi oni su nevidljivi fenomeni, nepojmljivi našim ovosvjetskim čulima. Odgovor na ovo pitanje jeste da su ti fenomeni, premda imaju kvalitete nepristupačne umovima vjernika na ovom svijetu, ustvari, dio Božije kreacije. Oni, također, imaju sličnosti u

<sup>3</sup> Muhammad Ibrāhīm al-Fayūmī, *Al-Imām al-Ghazālī wa 'Alāqāt al-Yaqīn bi al-'Aql* (Cairo: Dār al-Fikr al-'Arabī, n.d.), str. 38-39.

<sup>4</sup> Ibn al-Qayyim, *Al-Fawā'id*, str. 235.

ovom svijetu. Ko god, naprimjer, iskusi tajne spavanja, košmare i ugodne snove, u mogućnosti je sebi predstaviti smrt, grob i berzeh. I ko god kontemplira živote ljudskih bića u tami embrionalne faze, i uporedi to s njihovim životima nakon rođenja i u zreloj dobi, u mogućnosti je sebi predstaviti veličinu onoga što će i sami iskusiti nakon što ih smrt oslobodi materijalnih stega ovog svijeta. Ako bi fetusu u materici majke moglo biti ispričano o svijetu s njegovim suncem, mjesecom, rijekama, stablima i voćem, ne bi ih mogao sebi predstaviti zato što je njegovo iskustvo ograničeno na njegov mračni svijet. Tamo, u materici, fetus nema potrebu da jede, pije ili diše, pošto se sva njemu potrebna ishrana obezbjeđuje putem placente ili pupčane vrpce – najvažnijih organa za njegov život. Oni, preko majke, opskrbljuju fetus 'gotovim' tečnim hranljivim sastojcima i kiseonikom i odstranjuju ugljen-dioksid i druge nepotrebne stvari (otpatke). Kada rađanje već počne i fetus izlazi u naš svijet, pupčana vrpca se prekida a posteljica se, nakon što je ispunila svoju dužnost, zakopava ili se odlaže na neki drugi način. Niko se neće brinuti o njoj, niti će ijedan pjesnik recitirati elegije nad njenim grobom. Naš je svijet poput jedne prostrane materice, gdje tijelo igra istu ulogu kao placenta u materici. Kada čas smri dođe, duša se seli u višu dimenziju života, u berzeh, koji je mnogo veći i kompleksniji od ovog svijeta i koji više ne treba tijelo (na isti način na koji novorođenče ne treba više svoju posteljicu), nego se ono pokopava. Prema tome, ljudi stalno prelaze iz jedne faze u drugu – višu, poput rakete, od koje se jedan dio, na kraju svake faze i izvjesne potrošnje goriva, odvaja od svog glavnog tijela da ga načini bržim, s manjom težinom i većom energijom. Ovo nas podsjeća na frazu "živi ljudi spavaju, a probude se kada umru" i na arapsku izreku: "Budani život je spavanje; smrt je java; a čovjek, između njih, pokretna je sjena".

Al-Ghazālī u svom *Ihyā' Ulūm al-Dīnu*, u veoma upečatljivoj pripovijesti koja podstiče kontempliranje nevidljive veličine naših budućih života na budućem svijetu, koristi ovu sliku

fetusa u materici, kako bi usporedio život na ovom svijetu, život nakon smrti i život na budućem svijetu. On piše:

Čovjek ima dva rođenja: "jedno je njegovo upućivanje od kičme i rebara" (tijela njegovog oca i majke) na starateljstvo materici, *gdje počiva, čvrsto pričvršćen, na jedno određeno vrijeme*. Zatim se usavršava od kapi sjemena do grudvice, a potom do komadića mesa. Njegovo drugo rođenje je onda kada biva upućen iz uske materice u prostraniji svijet. Odnos većeg uskrснуća prema manjem je poput odnosa prostranog svijeta prema uskoj materici. Odnos prostranog budućeg svijeta prema prolaznom svijetu jeste poput odnosa prostranog svijeta prema uskoj maternici, čak je i širi i veći.<sup>5</sup>

Također, blaženstvo Dženneta i sve njegovo voće, tekući izvori i ljepote, imaju svoje sličnosti u našem sadašnjem svijetu, premda su one, naravno, samo sitnica u poređenju s onim što se nudi u Džennetu. Navodi se da je poslanik rekao u jednom *hadīthi qudsīju*: "Svemoćni je rekao: 'Ja sam pripremio za svoje čedne robove (u Džennetu) ono što nijedno oko nije vidjelo, niti je uho čulo, niti je i jedan čovjekov um zamislio.'"<sup>6</sup> Pored toga, sličnost između sreće prolaznog svijeta i blaženstva budućeg ipak se otkriva. Kur'an objavljuje da će sretni vjernici, kada budu uvedeni u Džennet, biti ushićeni vidjevši voće koje je slično onome koje su jeli u svom prethodnom životu, samo što će biti ljepše i prijatnije. Njihove supruge će, također, bivaćući s njima u društvu, biti mnogo ljepše i prijatnije:

*I obraduj one koji vjeruju i dobra djela čine, da njima zbilja pripadaju bašče rajske kroz koje teku rijeke. Kad god im iz njih dât bude kakav plod kao opskrba, oni će*

<sup>5</sup> Al-Ghazālī, *Ihyā'*, vol. 4., str. 62. Vidi, također, Al-Ghazālī, *Remembrance of Death and the After Life (Book XL of the Ihyā' Ulūm al-Dīn)*, preveo i uvod napisao T.J. Winter (Cambridge: Islamic Texts Society, 1989).

<sup>6</sup> Hadis prenose Bukhārī i Muslim a bilježi ga Abū Zakariyyah al-Nawawī, *Riyadh al-Sālihīn*; na engleski preveo Madani Abbasi, vol. 2 (Riyadh: Al-Matba'ah al-Duwalīyyah al-Islāmiyyah, n.d.), str. 920.

*reći: "Ovim smo bili i prije opskrbljeni!" a bit će im davani samo tome slični plodovi. U baščama će čiste žene imati, u njima će vječno ostati! (Kur'an, 2:25)*

Ova sličnost, prema tome, potvrđuje da muslimani imaju mogućnost kontempliranja zadovoljstva budućeg svijeta, uprkos činjenici da je njihova stvarnost ponad ljudskog shvatanja. Isto se može reći o patnji u Džehennemu. Vatra na ovom svijetu spaljuje tijela i izobličava izgled. To je možda nabolnije mučenje koje se u ovom životu može zamisliti. Iz tog razloga mnogi bogobojažni osjete jezu kada vide plamen, pošto ih podsjeti na vatru u Džehennemu.

Ahmad ibn Hanbal, u svom djelu *Kitāb al-Zuhd* (Knjiga o skromnosti), govori da su Ibn Mas'ūd i Al-Rabī ibn Khaytam jedanput bili na obali Eufrata. Kada je Al-Rabī vidio kovače kako zagrijavaju gvožđe u svom kovačkom ognjištu, gorući plamen podsjetio ga je na džehenemsku vatru pa se toliko uplašio da se onesviješćen srušio. Ibn Mas'ūd ga je morao odnijeti kući, gdje je bez svijesti ležao od podne tog dana pa sve do zore sljedećeg dana.<sup>7</sup> Premda je njegova emocionalna reakcija bila suviše intenzivna za njegovu psihološku izdržljivost, njegovo stanje bilo je inicirano spoznajnim asocijacionim pamćenjem u kojem on nije namjeravo izgubiti vezu s realnosti. Cijela epizoda jasno pokazuje da je moguće vjerniku kontemplirati džehenemsku vatru, bez obzira što se ona uveliko razlikuje od vatre na ovom svijetu. Poslanik je opisao pakao budućeg svijeta sljedećim riječima: "Džehennem je gorio stotinu godina dok nije postao crven, zatim je gorio drugih stotinu godina dok nije postao bijel, a potom još sto godina dok nije postao potpuno crn."<sup>8</sup>

<sup>7</sup> Ahmad ibn Hanbal, *Kitāb al-Zuhd* (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1983), str. 398.

<sup>8</sup> Hadis prenose Malik i Tirmidhi a bilježi ga Muhammad ibn Sulaymān, *Jam' al-Fawā'id*, vol. 2 (Cyprus: Bank Faysal al-Islām, 1985).

Za Ibn 'Abbasa se, u sličnoj izjavi, prenosi da je rekao: "Kad bi jedna kap džehenemskog drveta Zaqqūm bila bačena na ovaj svijet, uništila bi izvore života svih njegovih stanovnika."<sup>9</sup>

Mnogi rani i savremeni učenjaci i bogougodnici zabilježili su svoja dirljiva iskustva meditiranja prirode smrti, berzaha i budućeg svijeta. Među njima je i Al-Hārith al-Muhāsibī, koji je napisao djelo *Kitāb al-Tawahhum* (Knjiga imaginacije), u kojem opisuje muke smrti, blaženstvo Dženneta i patnje Džehenna. On navodi čitaoce da sebi predstave i kontempliraju ove transcendentne slike, opisujući ih tako detaljno i efikasno da čitaoci mogu zamisliti sami sebe kako doživljavaju ove kolosalne događaje. Evo kako on opisuje patnje smrti i uskrsnuća:

Zamisli sebe u smrtnoj agoniji, nesposobnog da se podigneš do Sudnjeg dana, kada ćeš se morati pojaviti pred svojim Gospodarom. Zamisli sebe u različitim smrtnim mukama u kojim meleki počinju čupati dušu iz tvojih stopala, dok pri tome trpiš ogromnu bol. Potom se meleki okreću vađenju duše iz cijelog tijela a duša ti se kreće ka grlu. Smrtni bolovi su te sada cijelog obuzeli... Pogledaj, zatim, meleku u lice ... i vidjet ćeš ga kako pruža ruku prema tvojim ustima, da ti izvadi dušu iz tijela, a ti skrhan onim što vidiš ... srce ti snažno lupa u neizvjesnosti, pošto čekaš blisku Božiju presudu: "Raduj se, slugo Božija! Stekao si Njegovo zadovoljstvo i nagradu" ili "Jadan bio, neprijatelju Božiji! Na sebe si navukao Božiji gnjev i kaznu."

Kada se događaji oko umrlih završe, a nebo i Zemlja isprazne od svojih stanovnika koji su se smirili nakon uznemiravanja, ništa se ne čuje i niko se ne vidi osim Najvišeg, Svemoćnog, samog u Veličanstvenosti i Veličini, kakav je oduvijek i bio. Tvoja duša, zatim, postaje uzemirena pozivom upućenim svim stvorenjima. Zamisli zvuk tog glasa u svojim ušima i umu. Najedanput, shvataš da si ti pozvan da se pojaviš pred melekom. Srce te izdaje a kosa ti sijeda postaje na zvuk

<sup>9</sup> Hadis prenose Ahmad ibn Hanbal in *Al-Musnad* (n.d.) a dokumentovao ga je Muhammad Nāsir al-Dīn al-Albānī, *Sahih al-jamī' al-Saghīr li al-Suyūtī wa Ziyādah* (Beirut: Al-Maktab al-Islāmī, 1986), str. 931, hadis br. 5250.



poziva. Dok si tako uznemiren, čuješ otvaranje zemlje povrhu svoje glave, skačeš na noge, prekriven prašinom svoga groba, usmjeravaš se prema izvoru zvuka, sa svim drugim stvorenjima probuđenim s tobom, prekrivenim prašinom zemlje na kojoj su patili (dok su bili živi). Zamisli njihovu uznemirenost i užas. Zamisli svoju nagost i sramotu ... svoju brigu i zabrinutost usred gomile stvorenja, golih, bosonogih i nijemih u sramoti, strahu i užasu. Ne čuješ ništa osim bata njihovih nogu... Zemaljski se kraljevi lišavaju suvereniteta. Oni su poniženi i osramoćeni više od svih drugih u gomili, jer su tiranisali Božije robove na Njegovoj Zemlji. Kada je cijelo stanovništvo Zemlje zajedno okupljeno, uključujući ljude i džinne, đavole i životinje, divlje životinje, stoku i insekte, svi u redu, spremni za suđenje, zvijezde iznad njih se komešaju, sunce i mjesec se gase, a Zemlja postaje tamna, gubeći svoju svjetlost. Dok ste ti i sva druga stvorenja zaprepašteni, nebo se iznad vas kovitla, prisustvujete užasu, zatim se ono cijepa nadvoje, pet stotina godina duboko ... i gle! Tutnjava u tvojim ušima! Nebo se raspada u komade a meleki čekaju na stranama svjedočeći kako ga Gospodar rastapa u tečno srebro, prebljijedjevši od straha od Dana sudnjeg, kako je i opisao Svemoćni: *"Pa, kad se rascijepi nebo i bude kao ulje crvenožuto* (Kur'an, 55:37).

Knjige, potom, počinju letjeti desno i lijevo, vage su postavljene, tačne, dok ti srce zabrinuto nastoji vidjeti gdje se stavlja tvoja knjiga – na tvoju desnu ili lijevu stranu... Dok čekaš sa drugim stvorenjima, posmatraš kako glavni melek naređuje sebi potčinjenima da interveniraju. Oni prilaze sa željeznim lopatama i vilama... Vidiš ih a srce ti je užasom slomljeno. U međuvremenu tvoje se ime poziva u prisustvu svih: gdje je taj i taj? Zamisli sebe kako užasno drhtiš... Zamisli kako te svojim hrapavim rukama za ruke šćepavaju, vukući te, obuzimajući te čvrsto... dok ne budeš doveden do prijestolja Svemilosnog, ispred kojeg te bacaju. Sam Svemoćni, u Svojoj beskrajnoj veličini, obraća ti se Svojim plemenitim riječima: "Priđi bliže, sine Ademov." Gubiš se u Njegovom svjetlu, pošto si postavljen ispred velikog Gospodara, Veličanstvenog i Darežljivog. Srce ti je opterećeno žalošću ... i izgledaš poput novorođenog janjeta... Kako si postiđen i uplašen pred Gospodarom

Koji je uvijek bio nježan i zaštitnički raspoložen prema tebi. Pa kako ćeš odgovoriti kada te On upita o tvojim lošim djelima i krupnim grijesima?<sup>10</sup>

Ono što je Al-Muhāsibī zabilježio primjer je kontemplacije jednog muslimanskog učenjaka nevidljivih stvari smrti i budućeg svijeta. Bit će korisno navesti i sličnu izjavu Sayyida Qutba, koji je opsežno pisao o Danu proživljenja. Ovo što slijedi komentar je na početne ajete sure *Al-Takwir*:

*Kada potamni Sunce, i kada popadaju zvijezde, i kada se pokrenu planine, i kada budu napuštene steone kamele, i kada se saberu životinje divlje, i kada se mora vatrom ispune, i kada se duše s tijelom spoje, i kada živa zakopana djevojčica bude upitana zbog kojeg grijeha je ubijena?! – i kada se listovi rašire, i kada nebo uklonjeno bude, i kada džehennem usplamti, i kada se džennet približi – saznat će duša svaka šta je pripremila!* (Kur'an, 81:1–14)

Ovi ajeti skiciraju scenu velikih promjena koje zahvataju cijeli univerzum. To je događaj koji otkriva svaku čuvanu tajnu i ne ostavlja ništa sakriveno. Svaki se čovjek susreće s onim što je unaprijed pripremio za Dan računa i suđenja.

Veliki spomenuti događaji pokazuju da će sadašnje uobičajeno stanje svemira, sa svojom savršenom harmonijom, odmjerenim kretanjem, kontrolisanim odnosima, usavršenim od strane minucioznog i sposobnog Stvaraoca, pretrpjeti rastrojstvo svog sistema. On (svemir) će okončati svoju ulogu. Zajedno sa svim drugim tvorevinama preći će u jednu novu, već određenu fazu života, drukčiju od svega drugog nama poznatog na ovom svijetu.

*Sura* ima za cilj da pruži ideju o neizbježnom događaju, kojeg će ljudska srca i umovi biti uistinu svjesni, a sve da bi ljudi pridavali manje (ili nimalo) važnosti vrijednostima i

<sup>10</sup> Al-Hārith al-Muhāsibī, *Kitāb al-Tawahhum* (Aleppo: Dār al-Wa'y, n.d.) str. 1-18.

bogatstvima ovog svijeta, iako se može činiti da ona imaju trajni značaj. Ljudska srca i umovi treba da uspostave čvrstu vezu s vječnom istinom, istinom Boga, Vječnog, Koji se nikad ne mijenja, dok se sve drugo mijenja i nestaje. Oni treba da prekinu veze s onim za što su pretjerano vezani u ovome životu da bi prepoznali apsolutnu istinu, koja ne priznaje ograničenja vremena, mjesta, konačnih sposobnosti i privremenih standarda.

Onaj ko se duboko upusti u razmišljanje o događajima ovog sveopćeg preokreta neće moći ostati ravnodušan na ono što se tvrdi.

U pogledu onoga što se tačno dešava svim ovim vrstama stvorenja tokom Proživljenja, možemo samo reći da je to poznato jedino Allahu. Mi možemo shvatiti samo ono što smo već doživjeli. Kada razmišljamo o velikim promjenama u svijetu, naša imaginacija ne ide dalje od jakog zemljotresa ili vulkana, ili možda, padanja bombe. Poplave su možda najdestruktivnija, nama poznata, manifestacija snage vode. Naj snažniji događaji u univerzumu koje smo pratili bili su neke ograničene eksplozije na suncu, koje je milionima milja udaljeno od nas. Svi ovi događaji, veliki koliko mogu biti, kada se usporede s općim promjenama koji će se desiti na Kijametski dan, čine se tako malim da se mogu smatrati dječijom igrom. Ako mi zaista želimo znati šta će se tada desiti, ne možemo učiniti ništa više nego pokušati napraviti neku vrstu usporedbe s onim što smo doživjeli u ovom životu.

*Kad potamni Sunce* – vjerovatno znači da će se ono ohladiti a njegovi plamenovi koji se protežu hiljadama milja u vasionu splasnut će i iščeznuti. Kako je sada sunce u gasovitoj formi, zbog svoje intenzivne toplote, koja dostiže maksimum od dvanaest hiljada stepeni, njegovo pomračenje vjerovatno znači njegovu transformaciju hlađenjem na jednu formu sličnu onoj koju ima na površini zemlje. Ono može uzeti kružni oblik a da ne postane izduženo. Ovo je, vjerovatno, značenje početnog ajeta, ali on može značiti i nešto drugo. Kako će se to desiti ili šta će prouzrokovati da se to desi, možemo kazati da je poznato jedino Allahu.

*I kada popadaju zvijezde* – vjerovatno znači da će one napustiti sistem koji ih drži skupa i da će izgubiti svoje

svjetlo i sjaj. Samo Allah zna na koje zvijede će ovaj događaj utjecati: hoće li on utjecati samo na malu grupu zvijezda, recimo na naš sunčev sistem, ili našu galaksiju, koja uključuje stotine miliona zvijezda, ili će uništiti sve zvijezde, bez obzira na broj. Dobro je poznata činjenica da kosmos sadržava gotovo beskrajan broj galaksija, a svaka ima svoj vlastiti svemir.

*I kada se pokrenu planine* – vjerovatno znači da će one biti zdrobljene i oduhane kako je nagoviješteno u drugim surama: *I pitaju te o planinama, pa ti reci: "Gospodar moj će ih u prah smrviti, i potom ih ravnim tlom, golom leđinom, ostaviti."* (Kur'an, 20:105–106). *A u komade raskomadaju planine, pa budu kovitlaci prašine uskovitlane* (56:5–6). *I planine pokrenu pa priviđenje bude* (Kur'an, 78:20).

Svi ovi ajeti ukazuju na izvjestan događaj koji će pogoditi i planine i uništiti i njih i njihove čvrste temelje i stabilnost. Ovo može biti početak potresa koji će žestoko potresti zemlju i koji je spomenut u devedeset i devetoj suri Zemljotres: *Kada se Zemlja strahovitim potresom potrese, i kada Zemlja izbaci terete svoje* (Kur'an, 99:1–2). Sve će se ovo dešavati tog veoma dugog dana.

*I kada budu napuštene steone kamile* – Arapski opis kamile ovdje specifikuje da je ona u svom desetom mjesecu steonosti. Kada je u ovom stanju, ona je za Arapa najvredniji imetak. Ubrzo će njegovo bogatstvo biti veće za jedno veoma cijenjeno mladunče, a imat će i mlijeka u izobilju, koje će on i njegova porodica podijeliti s novorođenom životinjom. Međutim, takve neprocjenjive kamile, na dan katastrofalnih događaja, bit će ostavljene bez zaštite, u potpunosti prepuštene samima sebi. Arapi, prvi kojima je upućen ovaj ajet, nikad nisu takve kamile ostavljali bez čuvara, izuzev u smrtnim opasnostima.

*I kada se saberu životinje divlje* – Veliki užas koji će zadesiti divlje životinje u njihovim staništima razlog je njihovog udruživanja. One zaboravljaju svoje međusobno neprijateljstvo i zajedno lutaju, nesvjesne svog puta. One niti traže svoja staništa niti se daju u potjeru za svojim plijenom, kako to obično čine. Porazavajući užas mijenja karakter čak i najbjesnijih životinja. Šta će taj događaj učiniti tek čovjeku?

*I kada se mora vatrom ispune* – Ovdje upotrijebljen arapski termin može značiti da će mora biti prepunjena vodom iz potopa sličnih onima koje karakterišu rane faze života na Zemlji. Na drugoj strani, zemljotresi i vulkani mogu ukloniti barijere koje sada odvajaju mora tako da će se voda jednog mora preliti u drugo. Arapski izraz može također značiti da će mora zadesiti eksplozije koje će ih zapaliti, kao što je spomenuto na drugom mjestu u Kur'anu: *I kada se mora jedna u drugu uliju* (82:3). Eksplozije mogu biti rezultat razdvajanja oksigena i vodonika koji sačinjavaju morsku vodu. One mogu biti, također, neka vrsta atomskih eksplozija. Ako eksplozija jednog ograničenog broja atoma hidrogenske ili atomske bombe proizvodi tako užasne konsekvence, kao što smo vidjeli, onda atomska eksplozija morskih voda, na ma koji način se dogodila, proizvodit će nešto mnogo strahovitije od onoga što naši umovi mogu sebi predstaviti. Slično tome, mi ne možemo zamisliti stvarnost pakla, koji nadmašuje ove ogromne okeane.

*I kada se duše s tijelom spoje* – Sparivanje duša može značiti ponovno sjedinjenje tijela i duše za vrijeme Kijametskog dana. To može, također, značiti njihovo grupisanje, grupisanje međusobno sličnih, kako je spomenuto na drugom mjestu u Kur'anu: *A vas budu tri vrste* (56:7) – probrana elita, ljudi desnice i ljudi ljevice (koji će primiti knjigu svojih djela u desnu ili lijevu ruku – nap. prev.) Ovo, također može značiti i drugi način grupisanja.<sup>11</sup>

Ovo bi trebalo biti dovoljno da se razjasni važnost kontemplacije i slobodne meditacije o ma kojem objektu u svemiru, neometane ograničenjima vremena i prostora ovog ili budućeg svijeta. Ništa ne postoji u svemiru osim Boga, Stvoritelja i Njegovih stvorenja. Vjernicima se zabranjuje da kontempliraju samo Božansko Biće, ali su slobodni da kontempliraju sve drugo.

<sup>11</sup> Sayyid Qutb, *In the Shade of the Qur'an*, vol. 30 (London: MWH Publishers, 1979), str. 62-65.

## *Individualni nivoi kontemplacije*

Postoje li različiti nivoi kontemplacije i meditacije, i ako postoje, da li je dostignuti nivo kontemplacije proporcionalan naporu koji je uložio kontemplator? Postoje li razlike između pojedinaca u ovom pogledu? I jesu li neki objekti lakši za kontempliranje nego drugi? Potpuni odgovori na ova pitanja iznad su mogućnosti ljudskog uma. Ipak, postoji bar devet dimenzija i varijabli za koje se čini da su u međusobnom odnosu pri formiranju ovih razlika. One će sada biti ispitane.

### **Dubina vjere**

Dubina kontemplacije i meditacije zavisi, prije svega drugog, od dubine vjere pojedinaca i njihove bliskosti s Bogom. Što je vjera jača, njima je lakše da kontempliraju Božije područje i da prizivaju najplemenitija osjećanja ljubavi i zahvalnosti prema svom Stvoritelju. Međutim, ovo je subjektivna stvar, koja je poznata samo Bogu i vjernicima lično.

Kako je ranije spomenuto, kontemplacija prolazi kroz različite faze: početnu perceptivno-kognitivnu fazu, fazu divljenja preciznosti i ljepoti stvorenog i fazu protezanja ovog divljenja na samog Stvoritelja. Otuda, što je veća individualna vjera, poštovanje i ljubav prema Bogu, time je dublja njihova kontemplacija i meditacija o stvaranju nebesa i Zemlje. Ako vjernici nastave kontempliranje i meditiranje dok su u ovom toplom duhovnom i emocionalnom stanju, oni će napredovati od ove

hladne kognitivne faze do razmeđa druge i treće faze, kada se mogu opisati kao oni koji se kreću između spoznaje i kontemplacije. Postoji mogućnost da se ova aktivnost pretvori u duboko emocionalno stanje ekstaze, koja može, katkad, biti suviše snažna, da bi je njihov psihološki sistem mogao podnijeti.

Postoje čudne i interesantne priče o istinskoj kontemplaciji bogougodnikā. I zaista, neka osoba može početi kontempliranje u mirnom stanju da bi, kasnije, postajući tako izgubljena u razmišljanju, izgubila svijest o svom okruženju. Prenosi se, naprimjer, od Al-Ghazālīa u *Ihyā' 'Ulūm al-Dīnu* da se Dāūd al-Tā'ī popeo na krov svoje kuće u noći punog mjeseca s namjerom kontempliranja veličine nebesa i Zemlje. On je, međutim, postao toliko predan u svojoj meditaciji, plačući i posmatrajući nebo, da je pao u kuću svog susjeda. Susjed je iskočio iz kreveta, sa sabljom u ruci, misleći da je lopov. Kada je prepoznao Dāūda, spustio je svoju sablju i upitao da li zna ko ga je gurnuo s njegovog vlastitog krova. Dāūd je odgovorio: "Tako mi Boga, ničega se ne sjećam."<sup>1</sup>

### Dubina i trajanje koncentracije

Drugi faktor povezan je s karakterom vjernika i njihovom urođenom sposobnošću da se usredsrede a da, istovremeno, ne postanu umorni ili brzo osjete dosadu. Ova osobina uglavnom zavisi od prirode nervnog sistema kojim ih je Svemoćni obdario. Obavljen je izvjestan broj eksperimentalnih istraživačkih studija i one pokazuju jasne razlike u ljudskoj sposobnosti da se sa strpljenjem usredsređuju. Neke od ovih psiholoških studija bile su vođene na ekstrovertnim i introvertnim osobama i pokazale su da snaga koncentracije ima biološku osnovu u ljudskom nervnom sistemu a da ona leži u retikularnoj formaciji i aktivirajućem sistemu. Ova formacija smještena je u moždanom stablu i

---

<sup>1</sup> Al-Ghazālī, *Ihyā'*, vol. 4, str. 388-389.

ponaša se kao kapija koja kontroliše nervne pulseve i podražaje koji se dižu u više centre mozga.

Kod introvertnih osoba, retikularna formacija povećava nervne signale koje različiti čulni organi šalju mozgu. Kao rezultat, ovi ljudi imaju veću sposobnost čak i za dugotrajnu koncentraciju. Takvi pojedinci zadovoljni su najmanjom čulnom stimulacijom u svojoj okolini. Konsekventno tome, oni su skloni da preferiraju osamljenost i introspektivni su. Oni, generalno, ne mogu tolerisati bučne glasove ili preglasnu muziku i ne sviđaju im se presvijetle boje. Preferiraju aktivnosti koje od njih ne traže da se miješaju s ljudima – kao što je čitanje, rad u vrtu ili u biblioteci. Samim tim, ne vole da participiraju u aktivnostima koje izazivaju uzbuđenje. Uživaju u svom rutinskom poslu, koji im ne dosađuje, i skloni su pažljivom planiranju svojih životnih poslova. U svojim socijalnim odnosima povučeni su, i ne otkrivaju svoje tajne, osim nekolicini najbližih prijatelja. Rijetko pokazuju eksplozivne emocije, kao što i rijetko reaguju odbojno, ljutito ili spontano. Rezultati mnogih eksperimenata potvrdili su da introvertne osobe mogu raditi poslove koji zahtijevaju kontinuiranu, dugotrajnu koncentraciju, s malim koeficijentom grešaka uzrokovanih inhibicijom ili zamorom. Stoga, od ovakve vrste ljudi možemo očekivati mogućnost posvećivanja dubokoj, dugotrajnoj kontemplaciji. Ako su oni još i meditativni vjernici, onda se mogu upustiti u duboku kontemplaciju stvaranja, duže i dublje nego drugi ljudi.

Na drugoj strani, ekstrovertne osobe imaju nervni sistem čija retikularna formacija sprečava ili zatupljuje nervne signale i podražaje koji idu prema gornjim centrima mozga. Konsekventno tome, nasuprot prethodnoj vrsti, i prema onome što tvrde pobornici ove teorije, takvi ljudi trebaju intenzivne i uzbuđujuće događaje u svojoj okolini, koji će otkloniti ovu inhibiranost njihove nervne retikularne formacije. Oni vole javna okupljanja i uživaju da imaju veliki broj prijatelja, zato što su u velikoj potrebi za stimulacijom, promjenom ambijenta i



neprestanim razgovorom. Ne vole samoću, imaju averziju prema čitanju i nervozni su u rutinskim poslovima. Često se sele, mijenjaju poslove, hranu, prijatelje, pa čak i bračne drugove. Ne kriju svoja osjećanja i znaju biti nasilni. Brzo planu, brzo oprašaju i preferiraju posao koji ne zahtijeva kontinuiranu koncentraciju i posao koji se ne ponavlja. Laboratorijski eksperimenti su, također, pokazali da ekstrovertne osobe prave više grešaka i da se manje usredsređuju nego introvertne osobe u različitim mentalnim i tjelesnim aktivnostima.<sup>2</sup>

Ako je ovo istina, ovi ljudi, zahvaljujući nervnoj konstituciji, mogu biti manje strpljivi od drugih pri dubokom i dugotrajnom razmišljanju i kognitivnim aktivnostima, premda njihova vjera i odanost mogu biti slični. Čak i ako prihvatimo činjenicu da su u sferi kontemplacije introvertne osobe na višem stepenu, ovo automatski ne znači da su ekstrovertne osobe na nižem nivou. Ustvari, zahvaljujući svom nervnom i psihičkom sistemu, oni mogu nadmašiti introvertne osobe u islamskim poslovima koji zahtijevaju miješanje s ljudima, sklapanje prijateljstva ili javno obraćanje. U svakom slučaju, većina ljudi negdje je između ekstrovertnih i introvertnih osoba i njihov se broj postepeno smanjuje idući prema krajnostima.

### Emocionalno i mentalno stanje kontemplatora

Treći faktor koji utiče na dubinu kontemplacije jeste psihološki faktor. Kontemplacija zahtijeva duševnu smirenost, kao i psihičko i fizičko zdravlje. Fizičko zdravlje je bez sumnje od suštinske važnosti za produbljivanje kontemplacije. Ustvari, jasno je da bolesna osoba, ili zbog prejedanja debela osoba, ili ona koja je ovisna o drogama ne može podići svoj duhovni status na viši nivo kontemplacije. Kako sam već diskutovao o velikim koristima za fizičko zdravlje koje su posljedica slijeđenja

---

<sup>2</sup> H.J. Eysenck, *The Structure of Human Personality* (London: Methuen, 1970).

islamskog načina života u svojoj knjizi *Aids/sida i kriza modernog svijeta u svjetlu islama* (*The AIDS Crisis: An Islamic Socio-Cultural Perspective*), ja ću posvetiti ovaj odjeljak utjecaju psiholoških aspekata.<sup>3</sup> Ne može se od jednog vjernika koga muči anksioznost, depresija, opsjednutost, hipohondrija ili ma koji drugi psihički poremećaj očekivati da kontemplira s visokim stepenom koncentracije. Neurotici mogu biti sposobni da meditiraju na nižem nivou, dok oni koji boluju od psihoze, duševnog rastrojstva, jake mentalne retardacije ili senilnosti nisu čak sposobni ni za to. Stoga, između mirne normalnosti i žestoke psihoze nalaze se stupnjevi psihičkih i emocionalnih stanja koji utiču na sposobnost kontempliranja srazmjerno intenzitetu svakog pojedinačnog stanja.

Nesumnjivo, psihološka bolest za kontemplativnog vjernika veći je teret od fizičke bolesti. Mnogi bogougodnici rado prihvataju fizičke bolesti, pošto tvrde da takve bolesti mogu postati prilikom za dublju meditaciju i kontemplaciju i duhovno motiviranije vjerovanje (ibadet) i sjećanje (zikr). Na drugoj strani, zabrinutost, uznemirenost, depresija i teško srce neprijatelji su smirenosti koja je potrebna vjernicima u njihovoj kontemplaciji. Otuda Poslanikova dova u kojoj on moli Boga da ga sačuva od uznemirenosti, tuge, slabosti i lijenosti.<sup>4</sup> U našoj psihijatrijskoj i kliničkoj praksi nalazimo da su ova emocionalna stanja, od kojih Poslanik od Boga moli zaštitu, ustvari, glavni simptomi stanja uznemirenosti i depresije.

## Faktori okoline

Četvrti faktor jeste utjecaj okoline na vjernika, i interesuje se kako oni izlaze na kraj s potrebama i problemima svakodnevnog života, ali i do kojeg stepena ove potrebe mogu ometati

---

<sup>3</sup> Vidi: Badri, *AIDS Crisis*.

<sup>4</sup> Hadis prenosi Bukhāri a bilježi ga Al-Suyūti, *Al-Jāmi'*, vol. 1, str. 235.

ili povećavati njihovu sposobnost kontempliranja. Primjera radi, musliman, koji ima nježnu i savjesnu ženu, koji predaje kur'ansku egzegezu (tefsir) na univerzitetu nekoliko sati sedmično, i koji živi u mjestu gdje su svi zahtjevi udobnog života ispunjeni, naći će da sve u njegovom okruženju podstiče istrajnost u kontemplaciji i meditaciji. Nasuprot tome, vjernik koji mora raditi dugotrajan i naporan posao u nekoj privatnoj korporaciji, trošeći većinu svog vremena na trgovačko računovodstvo i državne tendere, a potom završava svoj zamorni posao čekajući u dugačkim redovima ispred pekara i benzinskih pumpi da priskrbi životne potrebe sebi i svojoj nezadovoljnoj porodici, zasigurno neće naći vremena ili smirenosti za duboku kontemplaciju, čak i ako je, po vjerovanju i svojoj nervnoj i psihološkoj dispoziciji, jednak ili sličan prvoj osobi.

### **Kulturološki utjecaj**

Metodi odgajanja djece u nekim kulturama, bilo da su one islamske ili ne, usađuju u njih, od ranog djetinjstva, ljubav i divljenje prema prirodnoj i vještačkoj i umjetničkoj ljepoti. Odrasli, koji su odgojeni u takvim kulturama, troše dosta svoga vremena i novca da bi uživali i kontemplirali živopisni pejzaž ili kupovali prekrasne slike. Na drugoj strani, postoje kulture koje odgajaju svoj narod da cijeni, izgleda, samo fizičku ljepotu žene ili, u najboljem slučaju, da se divi poeziji i lokalnoj muzici.

Žalosno je da mnoga od naših muslimanskih društava odgovaraju ovoj drugoj kategoriji. Veoma živo se sjećam da sam 1930-ih viđao žene i muškarce, Engleze, kako vozeći vlastita auta ili iznajmljujući taksi ili, pak, vozeći se biciklima po toplom vremenu, odlaze do mosta Bijelog Nila na Khartoumu da bi gledali zalazak sunca. Zaista je zalazak sunca u Khartoumu izvanredan prirodni fenomen. Khartoum označava mjesto gdje se Bijeli Nil, sa svojom kredastom vodom, spaja sa crnim

zemljanim muljem Plavog Nila. Dvije brze rijeke susreću jedna drugu sa jasnom linijom razdvajanja, koja sprečava miješanje plavičaste i bjelkaste vode, kao da se bijeli i crni hrvač, iste snage, hvataju ukoštac. Sunce zalazi s izrazitom crvenonarandžastom bojom, naširoko prožimajući veličinu zapadnog plavog neba, koje je dobilo specifičnu smečkastu nijansu zahvaljujući prašnjavoj pustinji Omdurman. Ovi zadivljeni Englezi nisu bili turisti, nego jednostavno naseljenici koji koloniziraju Sudan. Izvjestan broj njih pravili su dnevne ekskurzije do mosta Bijelog Nila, i sjećam se kako bi se sudanski prolaznici i taksisti čudili uzaludnom ponašanju ovih zapadnjaka: "Šta oni vide u zalasku sunca"? I ironično bi komentarisali: "Imaju tako mnogo novca da ga ne znaju mudro potrošiti!"

U takvim kulturama, mali broj ljudi koji, na neki način, imaju sklonosti za divljenje prirodnoj ljepoti i koji mogu trošiti vrijeme meditirajući o njoj, često izgledaju prilično ekscentrično svojim sunarodnjacima. S tim u vezi, čitaocu će biti interesantno čuti anegdotu o jednoj takvoj prefinjenoj osobi, mome rođaku koji je živio u našem malom gradu Rufa'a, na Plavom Nilu. Jednog dana on je spakovao svoj kofer s namjerom da otputuje do glavnog grada, Khartouma, i čekajući na voz, koji obično kasni, vidio je veoma atraktivno obojenu pticu spuštenu na telefonski kabal, drukčiju od ptica tog dijela Sudana. Bio je toliko impresioniran njenom ljepotom da ju je slijedio onako kako je ona graciozno letjela s jednog mjesta na drugo. Kada je konačno odletjela, vratio se do mjesta na kome je prethodno čekao, gdje je uvidio da mu je neko ukrao kofer. Premda se ovaj slučaj desio 1960-ih, moji se rođaci u Rufa'iju i dan-danas znaju tome nasmijati sjećajući se toga kao dokaza za njegovu obuzetost "trivijalnostima".

Prema tome, opravdano je očekivati od vjernika koji dolaze iz kulture koja podstiče divljenje prirodnoj ljepoti da budu bolji kontemplatori od onih koji dolaze iz kultura koje ne

odgajaju svoju djecu da se dive estetskim aspektima života. Kada govori o ljepoti Božijeg stvaranja i ljepoti različitih boja i nijansi ljudi, životinja i stijena, Kur'an se obraća ovoj potonjoj grupi.

### **Vjernikova informiranost o predmetima kontemplacije**

Šesti faktor ovisi o tome koliko su ljudi upoznati i koliko imaju znanja o predmetima kontemplacije, zato što će mnogo lakše izabrati i diviti se predmetima meditacije koji su u njima poznatom domenu. Ja, na primjer, mogu posmatrati nebo i meditirati o njegovoj čarobnoj ljepoti, prostranstvu i njegovim svjetlučavim zvijezdama, dok će vjernici koji su eksperti u astronomiji gledati u nebo i meditirati o onome što se vidi ali i ne vidi golim okom. Oni vide u razbacanim iskričavim zvijezdama milijarde razbuktalih sunaca koja bacaju svoju vatru dalje u svemir. Vide milione sazviježda, koja su milionima svjetlosnih godina daleko, krećući se od jednog do drugog pri strašnoj brzini od preko četrdeset hiljada milja po sekundi. Takvi naučnici posmatraju nebo i istinski uviđaju da se svemir progresivno širi i mogu shvatiti kur'anski ajet:

*A nebo smo Mi snagom sazdali i zbilja širimo ga Mi!*  
(Kur'an, 51:47)

Oni, također, osjećaju jednoću Boga u jedinstvu Njegovog stvaranja. Vide ovo jedinstvo u elektronima, protonima i drugim subatomske česticama koje konstituiraju gradeće blokove svega u svemiru. Oni to, također, mogu vidjeti kroz Ajnštajnovu teoriju u kojoj su prostor i vrijeme bili sjedinjeni u jednoj fizičkoj karakteristici, dok su masa i energija postale dva aspekta istog elektromagnetnog fenomena. Čak i ako bismo mi bili na istom nivou vjere, imali istu koncentraciju i posvećenost

kao astronomi, oni bi ipak dosegli viši nivo kontemplacije, zahvaljujući svom dubljem i širem znanju.

U sljedećem odlomku iz *The Tao of Physics* Fritjof Capra opisuje jedno duboko kontemplativno iskustvo, kojem je doprinijelo i njegovo poznavanje fizike:

Sjedio sam pored okeana jednog kasnog ljetnog poslijepodneva, gledajući zatalasane valove i osjećajući ritam svog disanja, kada iznenada postadoh svjestan cijelog svog okruženja, kao da sam uvučen u jedan gigantski kosmički ples. Znao sam, kao fizičar, da su pijesak, stijene, voda i vazduh oko mene načinjeni od treperećih molekula i atoma, a da su one sačinjene od čestica koje utiču jedne na drugu stvaranjem i uništavanjem drugih čestica... U sve ovo bio sam upućen zbog svog istraživanja *fizike visoke energije*, ali sve do tog momenta o tome sam znao samo kroz grafikone... i matematičke teorije. Dok sam sjedio na toj plaži, moje je prethodno iskustvo oživjelo. "Vidio" sam slapove energije kako se spuštaju iz vasiona... "Vidio" sam atome elemenata i (atome) moga tijela kako zajednički učestvuju u ovom kosmičkom plesu... Osjetio sam njegov ritam i čuo sam njegov zvuk.<sup>5</sup>

### Dobar primjer i utjecaj prijateljstva

Poslanik je rekao: "Čovjek je poput svoga druga, zato pazite s kime će te se sprijateljiti."<sup>6</sup> Utjecaj dobrog primjera i prijateljstva ne treba detaljno obrazlagati. Vjera je to objasnila, opservacije nad običnim ljudima potvrdile, a i moderna eksperimentalna i socijalna psihologija je, također, dokazala isto, čineći to nepobitnom istinom. Na isti način kao što je loš primjer veliki hendikep, dobar primjer i prijateljstvo jedan je od najvažnijih faktora koji utječu na dubinu vjerničke kontemplacije. Iz tog razloga, *pristalica* ili *murīd* može izvući veliku korist iz svog

<sup>5</sup> Fritjof Capra, *The Tao of Physics* (Glasgow: Harper Collins Publishers, 1992), str. 11.

<sup>6</sup> Hadis citira Abū Hurayrah a bilježi ga Al-Tirmidhi.

druženja i identifikacije s nekim bogougodnikom koji je dostigao stupanj smirene duše (*al-naḥs al-mutma'innah*), kao što je, naprimjer, njegov duhovni vodič (*šejh*). Doista, duhovni utjecaj druženja s nekim mudracem može dramatično promijeniti svjetonazor njegova učenika i povećati njegovu islamsku meditativnu sposobnost.

Kako smo ranije objasnili, ispravna kontemplacija pokriva sve ljudske kognitivne i emocionalne oblasti, a postaje dublja i transcendentnija ustrajnošću, spominjanjem i veličanjem Boga (*zikr*), sve dok vjernici ne dosegnu nivo kada opažaju Božiju snagu, mudrost, milost i sve Njegove druge osobine u svemu što vide i čuju oko sebe. Opisujući ovo stanje, Ibn al-Qayyim kaže u *Madārij al-Sālikin* da će duboka i stalna kontemplacija otvoriti vjerniku Božansku kapiju kroz koju će on:

... gledati Najuzvišenijeg i Najvišeg, kao da Ga može vidjeti i posmatrati povrh Njegovih nebesa kako vlada u Svom tronu, posmatra Svoja stvorenja, čuje njihove glasove, i vidi njihove namjere. Zatim se kapija vječnosti otvara pred bogougodnikom i kroz nju vidi da su sve kosmičke promjene i stvari postojanja u rukama samo Svemoćnog. Ako, potom, posmatra bilo koju Božiju tvorevinu, vidjet će u njoj Svemoćnog Tvorca, Njegove atribute savršenstva i osobine veličanstva. Ni jedno od Njegovih stvorenja neće bogougodnika udaljavati od njegovog Stvoritelja. Svaki element stvorenog obraća mu se govoreći: "Slušaj moje svjedočenje pred Onim Koji je sve stvorio u najljepšem obliku. Ja sam djelo Božije, Koji stvara najbolje..." Kada se ovo desi, njegovo srce ne obuzima ništa osim ljubav prema Bogu, Uzvišenom. Svjetla znanja, istine, iskrenosti i ljubavi počinju teći iz njegova srca, baš kao što svjetlo emanira iz sunca.<sup>7</sup>

Nema sumnje da ovo svjetlo, koje Ibn al-Qayyim poredi sa sunčevom svjetlosti, prelazi na svakog ko se susretne s takvim bogougodnicima, prijatelji se s njima, ili postane njihov pristalica.

<sup>7</sup> Ibn al-Qayyim, *Madārij*, str. 632.

## Priroda predmeta kontemplacije

Osmi faktor koji utiče na dubinu kontemplacije jeste priroda predmeta kontemplacije i meditacije. Već sam ranije objasnio lahkoću s kojom ljudi mogu kontemplirati prirodne tvorevine, kao što su planine, rijeke i šume, za razliku od razmišljanja o ljudskim izumima i njihovim dovođenjem u vezu s milosti Božijom. Ovo objašnjavamo time da ljudski izumi trebaju veći stepen apstrakcije nego prirodni objekti. Osim toga, neki prirodni fenomeni trenutno stimulišu razmišljanje i jake osjećaje, potresajući psihološke i duhovne strane ljudskih bića do same srži, namećući se njihovim srcima i umovima. Primjera radi, zasljepljujuća svjetlost munje, zaglušujuća tutnjava grmljavine, jak pljusak kiše, huka vjetra – svi imaju određeni utjecaj na ljudsku dušu i lahko mogu odvesti do lahke kontemplacije povezane sa strahom od Boga i nadom u Njegovu milost. Kur'an proklamira:

*On je Taj koji vam munju pokazuje, da se uplašite i kiši nadate, On je Taj Koji stvara oblake otežale! I grmljavi-na veliča u Njegovu slavu a i meleki pred Njim u strahu!... (Kur'an, 13:12–13)*

Na drugoj strani, neke su pojave teške za kontempliranje, bilo zbog toga što su vještačke kao što su ljudski tehnološki izumi ili zbog toga što su one krajnje apstraktne. Zbog svoje hipotetičke i pojmovne prirode, one su iznad ograničenja mjesta i vremena, i prosječan ljudski um teško ih vizualizira i shvata. Primjeri ovih fenomena već su dati.

## Bliskost predmeta kontemplacije

Premda znanje i razumijevanje predmeta kontemplacije može podsticati dublju kontemplaciju, ne bi trebalo biti iznenađujuće da je i suprotno, također, istina. Naime, da ekstremna bliskost s predmetima može biti prepreka za njihovo kontempliranje.



Zaista, monotona učestalost najvećih kosmičkih pojava lišava ih njihove veličanstvenosti i sjaja. Inače, kako ne biti ganut viđenjem izlaska Sunca svako jutro, sa svim veličanstvenim znakovima koje nosi? Kako naše duše mogu biti neispunjene pokornom ljubavlju prema Bogu kada posmatramo i koristimo se Njegovim stvorenjima tokom cijelog dana: biljkama, životinjama, pticama i ribama?

Interesantno je navesti zabilješke Ibn al-Jawzīja o već viđenim pojavama i objektima, ali i onima koje se susreću prvi put. Spominje kako je tokom svog dugog putovanja u Mekku, radi hadža, bio duboko dirnut viđenjem ogromnih planina Hajbera, i kako se prekoračio zbog doživljavanja tako intenzivnog osjećaja pokorne ljubavi i bojažljivog divljenja Svemoćnom, samo zbog kontempliranja ovih planina. Zatim je počeo da se prisjeća velikih mora, neba i zvijezda, koje je on tako često posmatrao ali nije uspio isprovocirati tako duboke osjećaje:

Na svom hodočašću u Mekku, prilično sam se bojao beduinskih razbojnika, tako da sam se držao hajberskog puta. Tamo sam vidio tako kolosalne planine i čudesno zadivljujuće staze. Veličina Stvoritelja porasla je u mom srcu kao nikad do tada. Povikao sam svojoj duši: "Srami se! Prolaziš morem i gledaš u njegova čuda okom duše, a bit ćeš svjedokom čak i većim veličanstvenostima. Posmatraš svemir i čini ti se, sa svojih sedam nebesa i orbitama, da nije ništa veći od zrna pustinskog pijeska. Potom, opet, zamišljaš orbite i Božiji prijesto, Džennet i Džehennem... Zatim, odustaješ od svega i uviđaš da je sve u rukama Svemoćnog, Čija snaga ne poznaje granice. Potom se okrećeš sebi, da sagledaš svoj početak i svoj kraj. Misliš o onome što je bilo prije početka i shvataš da je postojalo samo ništavilo; i misliš o onome što će biti poslije kraja, koji je samo pepeo i prašina. Kako neko može biti zadovoljan ovim svijetom, kada oko njegove duše vidi početak i kraj? Kako osjetljivo srce može biti nemarno u sjećanju na Boga? Života mi, ako bi se ljudske duše udaljile od svojih iluzija, rastopile bi se od straha od Boga ili bi pale u nesvijest zbog ljubavi prema Njemu. Ali osjećaji su toliko zatupljeni

da se snaga Stvoritelja može shvatiti jedino viđenjem neke planine. Ipak, da su one imale razuma da shvate istinsko značenje ovoga, onda bi Moć koja vlada tom planinom bila mnogo indikativnija od same planine.”<sup>8</sup>

Što je veća bliskost s našim okruženjem, time je gušća koprana koja umanjuje moć našeg vida i svjesnosti, i mi ne uspijevamo primijetiti i zapamtiti veoma važne stvari. Ovo je vjerovatno onaj veo bliskosti koji odvraća ljude od kontempliranja samog *čovjeka*, sastavljenog od tijela, krvi i duše. Zaista su ljudi, kroz vrijeme, bili kadri da ispituju sve oko sebe, proširujući svoje znanje u geologiji, poljoprivredi, hemiji, astronomiji, transportu, sredstvima proizvodnje, umijeću ratovanja... Ipak, premda je čovječanstvo napravilo ogroman napredak u materijalnim i biološkim studijama, humane nauke, kao što su psihologija i sociologija, još uvijek znatno zaostaju. Razloge zaostajanja možemo naći u njihovom potpunom zanemarivanju duše i duhovnih aspekata ljudskih bića, njihovom nepromišljenom imitiranju metodologije koju koriste fizičke nauke, ali i u tome što je njihovo proučavanje počelo znatno kasnije u usporedbi s fizičkim i biološkim naukama.

Ovo poglavlje do sada je ispitalo neke od najvažnijih faktora koji mogu utjecati na dubinu kontemplacije i stoga je dovelo do jedne interaktivne diskusije o intelektualnim, psihološkim i duhovnim aspektima vjernika muslimana. Sljedeći korak pokazuje relativnu važnost ovih faktora.

Važnost bilo kojeg faktora zavisi, nesumljivo, od stanja samih kontemplatora. Kontemplacija se u nekim slučajevima produbljuje zbog boljeg psihičkog i emocionalnog stanja vjernika. U drugim slučajevima, muslimani će kontempliranje doživljavati konstantno lakšim ako se presele iz gradske buke u udaljeno i mirno selo. Vjera je, iznad svega, glavni faktor koji

---

<sup>8</sup> Ibn al-Jawzī, *Said al-Khātir*, ed. 'Alī al-Tantāwī (Damascus: Dār al-Fikr, 1978), str. 148-149.

utječe na dubinu kontemplacije. Dubina vjere i blizina Bogu osnova su kontemplacije. Drugi su elementi sekundarni faktori koji deriviraju svoj utjecaj iz snage te vjere. Moderni naučnici, osobito oni koji se imenuju kao neomu'tezilije, daleko su od istine kada tvrde da smo mi u današnje vrijeme sposobniji od naših predaka, čak i od Poslanikovih drugova, u kontempliranju Božijeg stvaranja, jednostavno zato što mi znamo više o prirodi stvari, što je rezultat velikih postignuća u modernoj nauci i tehnologiji. Istina je da pravi efekat onoga što vjernici vide i osjećaju u svojoj okolini zavisi mnogo više od njihove vjere i pokorne ljubavi prema Bogu, nego od onoga što znaju i otkrivaju o prirodi stvari. Kontemplacija je toplo emocionalno stanje u kojem su vjernici dirnuti onim što osjećaju i shvataju od preciznosti i ljepote u ogromnom Božijem svemiru. To nije jedno hladno stanje saznavanja činjenica koje se povećava porastom znanja.

Možemo dati jednu pojmovnu, premda simplističku, ilustraciju ako se zamisli da su ovi parametri mjerljivi identičnim jedinicama koje se povećavaju ili smanjuju prema (stanjima) vjernika koji kontemplira. Ako vjerskom faktoru dodijelimo oznaku  $F$ , sposobnosti usredsređivanja oznaku  $C$ , znanju vjernika o objektu kontemplacije oznaku  $K$ , prirodi predmeta kontemplacije oznaku  $Q$ , i tako dalje, onda će dubina kontemplacije zavisiti od utjecaja koji vjerski faktor  $F$  ima na sve druge parametre. Ovo se može izraziti jednostavnom jednačinom:

$$\text{Dubina kontemplacije} = F (C+K+Q+...)$$

Ova jednačina pokazuje da će porast vjerskog faktora dovesti do množenja u dubini vjere zbog njegove interakcije sa svim drugim faktorima. Kada se, međutim, drugi faktori povećaju, oni će imati samo ograničen, dodatan efekat na dubinu kontemplacije, što je slično razlici koja postoji između sabiranja brojki i njihovog množenja. Slično tome, kada vjerski faktor  $F$  pada na nulu, što korespondira s potpunim nevjerovanjem,

drugi će faktori biti bezvrijedni, ma koliko veliki bili, zato što rezultat množenja bilo kojeg broja s nulom nije veći od nule. Stoga će onima koji su po intenzitetu vjere slični Drugovima Poslanika, a.s., trebati malo znanja o onome što vide u svojoj okolini i mnogo manje vremena da bi postigli dubinu kontemplacije koja je daleko izvan dosega ljudi slabije vjere. Brojčano iskazano, ako jedan musliman ima slabu vjeru, i damo joj vrijednost 10, ali ima široko znanje o objektu svoje kontemplacije, ima sve potrebno vrijeme, duševni mir i sve druge faktore koji se svode na 100, onda će dubina njegove kontemplacije biti 1 000. Međutim, neko ko ima manje znanja i manje vremena može osigurati samo pola te vrijednosti, tj. 50, ali pošto posjeduje visok vjerski faktor 100, dubina njegove kontemplacije doći će vrijednost od 5 000. Drugim riječima, vrijednost koja je pet puta veća nego kod prethodnika. Naravno, duhovni i religijski pojmovi kao što su vjera i kontemplacija ne mogu biti podvrgnuti takvim prostim i vještačkim mjerenjima i jednačinama. Ovo je bilo usputno razmišljanje, te nam se činilo zanimljivim podijeliti ga sa čitaocima da bi se razjasnilo pitanje o kojem se raspravljalo.

Nadamo se da će čitaoci koji žele da poboljšaju praksu ove velike forme bogoslužja (ibadeta) i koji žele postići dublju kontemplaciju izvući korist iz datih objašnjenja. Takvi mogu istražiti svoje pozitivne, prirodne, Bogom date sposobnosti i svoju blagotvornu okolinu i duhovne darove da bi ih u potpunosti iskoristili u proširivanju carstva svoje kontemplacije, sve dok ne bude duboko, poput navike, postala sastavnim dijelom njihovog psihološkog i duhovnog entiteta. Trebalo bi, također, da pokušaju otkriti faktore i navike koje ih odvrćaju od kontemplacije kako bi ih mogli izbjeći. Ako su ljudi iskreni i visoko motivirani, oni će sigurno biti vođeni u savladavanju svih prepreka na putu služenja Svemoćnom i kontempliranja Njegovog stvaranja. Uvijek postoji neko kreativno i nepredviđeno rješenje za hronične probleme.

Naprimjer, jedan moj veoma zaposlen prijatelj, koji ima običaj da se žali na nedostatak vremena za meditaciju i sjećanje na Boga (zikr), iznenada je otkrio da svakog dana izgubi dva sata vozeći se na posao i nazad. Ovo shvatanje i odluka da koristi vrijeme provedeno u svom autu na kontempliranje i sjećanje na Boga (zikr) nije mu samo omogućilo da svoje vrijeme koristi efikasnije, nego je također uklonilo svu uznemirenost i napetost koju uzrokuje duga vožnja i provokacije bezobzirnih vozača.

Premda je ovo poglavlje ispitivalo najvažnije faktore koji vode do individualnih razlika među vjernicima, očigledno je da svaki vjernik/vjernica ima svoja vlastita stanja i individualna životna iskustva koji su povezani sa cjelovitim procesom kontemplacije.

## ***Eksperimentalna nauka i religija***

### **Kosmički zakoni**

Kada se razmišlja o visokom položaju koji islam daje kontemplaciji Božijeg stvaranja, uviđa se jedan položaj onih čija su srca, uši, oči i umovi zatvoreni za očigledne znakove Božije, iako im se, svugdje, neprestano pokazuju.

*A koliko ima znakova na nebesima i na Zemlji, pokraj kojih prolaze oni, okrećući glavu od njih! (Kur'an, 12:105)*

Neki od takvih ljudi mogu imati i određeno znanje o Božijim znakovima, kroz zakone koje otkrivaju, a koji se tiču materije, energije i biologije, ali im ono ne pomaže da nadiđu površne, vanjske aspekte, ili ih ne vodi od čudâ stvaranja do njihovog Stvoritelja. Kur'an ih opisuje na sljedeći način:

*Oni samo znaju vanjsko od života ovosvjetskoga, a nemarni su spram Svijeta Onoga. (Kur'an, 30:7)*

Prelaženje od posmatranih fizičkih, psiho-socijalnih i bioloških pojava do njihovog Stvoritelja predstavlja suštinsku razliku između prakse nemuslimanskih, eksperimentalnih naučnika i muslimanske kontemplacije. Prva faza kontemplacije, koja u sebi uključuje kontempliranje ljudske vanjske okoline, utemeljena je na svjesnom i neposrednom posmatranju, uz korištenje čula sluha, vida, mirisa, okusa i dodira, i slična je onoj vrsti posmatranja koje se koristi kao početni korak u naučnom metodi. U eksperimentalnoj nauci prihvata se samo empirijski

dokaz utemeljen na posmatranju. Dobiveni rezultati zatim se koriste za generaliziranja, hipoteze i primjenu. Eksperimentalni naučnici, da bi verificirali svoje hipoteze, vraćaju se nazad do jedne nove faze posmatranja i ispitivanja. L. Malpass, u svojoj knjizi *Human Behavior* (Ljudsko ponašanje), spominje kako Alfred North Whitehead uspoređuje eksperimentalnu nauku s avionom koji polijeće sa čvrstog tla posmatranja ka rijetkom vazduhu generaliziranja i teorija, da bi se opet spustio na isto tlo posmatanja i percepcije posredstvom čula.<sup>1</sup>

Druga sličnost između muslimanske kontemplacije svemira i istraživanja eksperimentalnih naučnika jeste sličnost tog početnog posmatranja. I jedna i druga ne tragaju za različitim i nepovezanim komponentama predmeta proučavanja, nego traže opće i trajnije aspekte, kao što su zakoni koji upravljaju njihovim funkcijama. Objašnjenje je da ljudi, bez obzira na vjerovanje i samu svoju prirodu, odbijaju kaos i dvosmislenost, kao i da nastoje uvesti red i jasnoću u bezbrojne podražaje s kojima se oni kontinuirano susreću. Čak i u prostoj čulnoj percepciji nepotpunih i nejasnih formi ustanovilo se da pojedinci u laboratorijskim ispitivanjima spontano upotpunjuju praznine i nejasne dijelove figura, da bi dobili običan oblik kruga, trougla ili bilo kojeg drugog simbola, poput zastave izvjesne zemlje ili oznake nekog udruženja. Ova sklonost ljudskih bića da opažaju senzorne obrasce, kao znakovite, dobro organizovane cjeline, lakše nego nepovezane dijelove, jeste, ustvari, pojava koja je podstakla njemačke psihologe da ustanove psihološku perspektivu poznatu kao *Gestalt* – njemački termin koji se može prevesti kao *cjelina*.

Isti fenomen može se zapaziti u načinu ljudskog prihvatanja onoga što opažaju drugim čulima ili posredstvom viših mentalnih procesa, a koji su im neophodni za rješavanje problema, apstrakciju i formiranje pojmova. Kada ljudi, naprimjer,

---

<sup>1</sup> Vidi: L. Malpass, *Human Behavior* (New York: McGrawHill, 1966), str. 3.

posmatraju različite pojave u svemiru, instinktivno počinju tragati za zakonima koji njima upravljaju, namjeravajući predvidjeti njihove učestalosti unutar postojećeg reda i otkloniti frustrirajuće dvosmislenosti.

Ono što ponajviše ostavlja dojam na vjernička srca jesu otkrivene tajne o Božanskim zakonima koji ravnaју Njegovim stvaranjem, bilo da je u pitanje otkrivanje hemijskog jezika sićušnog mrava ili otkriće orbite neke ogromne planete. Vjerovatno je ova urođena priroda, koju je Bog usadio u srca svih ljudskih bića, razlog zašto neki sadašnji naučnici govore jezikom sličnim jeziku vjernika. Mi ćemo ovdje, primjera radi, navesti riječi američkog profesora biologije Cecila Hamanna iskazane o baltimorskoj ptici:

Šta reći o gnijezdu baltimorske ptice? Ko ju je poučio ovoj otmenoј umjetnosti? Zašto su ove ptice sva gnijezda načinile sličnim? Kažete li – instinkt, onda ste ponudili jedan izlaz iz pitanja. Ali, to je neadekvatan odgovor. Šta je instinkt? Neki kažu da je to ponašanje koje životinje *ne* uče. Nije li, onda, logično primijetiti Božiju snagu ispoljenu u ovim stvorenjima, koja je On stvorio u skladu sa zakonima o kojima jedva da išta znamo.<sup>2</sup>

Kada čitamo djela kontemplativnih učenjaka prvih generacija muslimana, lahko bivamo zadivljeni njihovim preciznim opservacijama, posebno kada se iste usporede s otkrićima modernih naučnika. Držeći se još uvijek teme o pticama, istaći ćemo kao primjer ono što je Al-Ghazālī, na način modernih naučnika, zabilježio u djelu *Al-Hikmah fī Makhlūqāt Allāh*, a tiče se njegovih detaljnih kontemplativnih opservacija složenog stvaranja ptica:

Znaj, Bog te blagoslovio, da je Svemoćni stvorio pticu lako, da bi lakše letjela, bez ičega teškog na sebi što bi je vuklo

---

<sup>2</sup> Vidi: John Clover Monsma (ed.), *Evidence of God in an expanding universe* (G.P. Putman & Sons publishers, 1958).



dolje... Dao joj je noge, ali ne i ruke, načinivši kožu nogu hrpavom i veoma čvrstom... jer joj je baš takva potrebna za slijetanje na mokra i blatnjava mjesta. Da su noge prekrivene perjem – bilo bi oštećeno vlagom i prljavštinom... Sve ovo pomaže ptici u njenom letenju. Dao joj je polukružne grudi, da bi se lakše kretala zrakom... i zaobljene vrhove krila. Svemoćni je načinio korijenje perja čvrstim, satkanim uspravno da odgovaraju gruboj koži krila... On je, ovim perjem, zaštitio pticu od toplote i hladnoće, a ono najjače dobro učvrstio na krilima, jer je najpotrebnije. Ostatak tijela prekriven je različitim vrstama lakšeg perja za toplotu, zaštitu i ljepotu... Kontempliraj, potom, jedno pero i vidjet ćeš da je satkano, poput odjeće, od tankih niti, dovoljno jakih da se drže zajedno i dovoljno savitljivih da se ne prekinu. Perje je šuplje, da učini letenje lakšim...i ne smeta mu ni kiša ni blato. Kada je nakvašeno, najmanje protresanje oslobađa ga vode a ptica, ponovo, postaje lahka. Svemoćni je dao ptici jedan otvor u tijelu koji služi za nošenje jaja i izlučivanje, da je oslobodi tereta. On je, također, odredio da ptica nosi jaja, a ne da rađa potomke, što bi je učinilo suviše teškom u letu. On je stvorio pernati rep, koji pomaže ptici da leti stabilno, inače bi je krila, tokom leta, vukla lijevo ili desno. Ovako, rep joj služi kao kormilo koje učvršćuje kretanje nekog broda.<sup>3</sup>

Ovaj primjer pokazuje kako duboka, duhovno motivirana meditacija može podariti jednom tako drevnom muslimanskom učenjaku sposobnost i znanje da o stvaranju ptice i njenom letu govori poput modernog stručnjaka aerodinamike. Ptice su divna, graciozna stvorenja, koja su uvijek fascinirala ljude svojom elegantnom sposobnošću letenja nebom, i to toliko da su pokušali imitirati stvaranje ptica, da bi, konačno, ostvarili ovu ambiciju izumom aviona.

Sljedeća stvorenja zanimljiva za razmišljanje jesu majuši-ni insekti kao što su mravi. Slijedi dio Mustafā Mahmūdovog sažetka skorašnje naučne studije o ovim nevjerovatnim stvorenjima:

<sup>3</sup> Al-Ghazālī, *Al-Hikmah*, str. 87-95.

Jedan momenat kontemplacije malog mrava dovoljan je da izazove veliku zadivljenost. Kako je ovaj mrav naučio graditi ove kompleksne geometrijske zgrade s hodnicima, staništima i skladištima? Kako je pristupio zajednici u kojoj su specijalizacije i uloge precizno dodijeljene? Kako je naučio loviti druge insekte, nakon što ih satjera u grupu? Komunikacija između ovog ogromnog broja mrava u jednoj organizovanoj zajednici znači da su našli neku vrstu zajedničkog jezika. Posljednje studije na ovom polju pokazuju da mravi međusobno komuniciraju, ne posredstvom govornog jezika ili znakovima, nego posredstvom hemijskog jezika. Posmatraj, stoga, mravinjak! S vremena na vrijeme vidjet ćeš dva mrava kako se sastaju i razmjenjuju nešto što sliči poljupcima ili šaputanju... Ovo, ustvari, nisu ni poljupci, niti šapat, nego svaki mrav izlučuje u usta onog drugog posebnu vrstu pljuvačke s hemijskom osobinom koja znači: "Uradimo ovo ili ono..." Postoji još jedna osobina kod mrava koju ne možemo nazvati intelektom, nego ona više liči na pronicljivost... Mrav skladišti hranu i njene ostatke, zrna i mrvice, a zatim ih čuva od napadača, pripremajući se za zimu koja još nije stigla... On to sve radi bez sposobnosti predstavljanja budućnosti ili razmišljanja o vlastitim okolnostima i potrebama. Kako se sve ovo dešava?<sup>4</sup>

Ako bi se ova savremena studija uporedila s djelima kontemplatora ranih generacija muslimanskih naučnika, primijetilo bi se da njihova djela, poput današnjih, predstavljaju, također, precizne opservacije. U djelu *Nahj al-Balāghah*, 'Alī ibn Abī Tālib govorio je o mravima i skakavcima:

Pogledaj mrava, njegovo malo tijelo i slabunjavi izgled. Jedva da se može vidjeti krajičkom oka, a i mašti je težak. Pogledaj kako se kreće po zemlji i skače za svojom opskrbom. On nosi zrno do svoje jazbine i deponuje ga u skladište. Sakuplja tokom ljeta za zimu, i u snazi za doba slabosti. Opskrba mu je obezbijedena i hrani se prema svojim mogućnostima. Allah, Milosrdni, ne zaboravlja ga i ne lišava ga (opskrbe),

<sup>4</sup> Mustafā Mahmūd, *Lughz al-Hayāh* (Cairo: Dār al-Nahdah al-'Arabiyyah, n.d.), str. 47-49.

iako može učiniti da boravi na suhom kamenu ili čvrstim stijinama.

Da ste razmišljali o njegovim sistemima za varenje u višim i nižim dijelovima tijela, o stomačnom oklopu i očima u glavi, bili biste zadivljeni kako je stvoren i teško biste se izrazili. Uzvišen je Onaj Koji je učinio da stoji na svojim nogama i koji ga je podigao na njegove udove. Samo ga je Uzvišeni stvorio. Ako se prepustite imaginaciji i razmišljate o njegovim ekstremitetima, bit ćete *odvedeni* ravno do Stvoritelja palminog stabla, zato što sva živa bića imaju (istu) nježnost i veoma malo se razlikuju.

U Njegovom stvaranju, veliki, slabašni, teški, lahki, jaki, slabiji – svi su jednaki. Isto je i s nebom, zrakom, vjetrovima i vodom. Zato posmatraj sunce, mjesec, vegetaciju, bilje, vodu, kamen, razliku između dana i noći, bujanje rijeka, ogroman broj planina i njihove visoke vrhove, raznolikost jezika i narječja. Jadan onaj koji ne vjeruje u Ravnatelja svega i koji poriče Vladara. Takvi vjeruju da su poput trave koju niko ne uzgaja. Vjeruju da ne postoji Stvaralac njihovih različitih izgleda. Argumenti i istraživanja o kojima su čuli ne znače im ništa. Može li postojati ikakva konstrukcija bez konstruktora ili prekršaj bez okrivljenog?

Možete također, ako želite, govoriti o skakavcu. Allah mu je dao dva crvena oka, i zjenice za njih, kao dva osvijetljena mjeseca. Stvorio ga je sa dva mala uha, odgovarajućim ustima i oštrim čulom. Dao mu je i dva zuba, da njima siječe, i dva srpa, kao stopala, da njima zahvata. Poljoprivrednici ga se boje, zbog štete koju može prouzrokovati na usjevima, a ne mogu ga otjerati čak i ako bi se udružili. Skakavac napada polja i na njima toli svoju glad, premda njegovo tijelo nije ravno ni malom prstu.<sup>5</sup>

U djelu *Miftāh Dār al-Sa'ādah* Ibn al-Qayyim je dao sličnu izjavu, koja otkriva dubinu njegove kontemplacije i mudrost zapažanja:

<sup>5</sup> Ali ibn Abu Talib, *Nahjul Balagha: Peak of Eloquence* preveo Sayed Ali Reza (New York: Tahrike Tarsile Qur'an, Inc., 1985), str. 370-371.

Razmisli o ovom slabašnom mravu i njegovim vještim metodama sakupljanja i skladištenja hrane. Vidjet ćeš znakove i uzet ćeš pouke iz svega toga. Posmatraj mrave koji odlaze u potragu za hranom. Oni rade u dvije ekipe: jedna nosi hranu kući, a druga je traži. Ekipe se ne sudaraju, nego liče na dvije odvojene niske. Ako jedna nađe nešto što je suviše teško nositi, druga će doći da pomogne. Potom dijele ulov na ulazu svoje kuće. Postoji i drugi zadivljujući primjer njihove bistrine: noseći zrno do svojih jazbina oni ga izdrobe na komadiće, sprečavajući njegovo klijanje. Ako zrno ima dvije polovine koje klijaju, isjeći će ga na četiri dijela. Ako zrno postane vlažno, iznose ga napolje da se osuši na suncu, a zatim ga ponovo unose unutra. Zato nekada možete vidjeti komadiće zrnenlja u blizini njihovih staništa, ali, vratite li se ponovo, vidjet ćete da je sve nestalo.<sup>6</sup>

Ibn al-Qayyim, u svojoj raspravi o mravima, navodi interesantnu anegdotu, koju prenosi jedan bogougodnik a koji je bio izrazito zainteresovan za posmatranje i kontempliranje mrava i njihovih aktivnosti. On je sproveo naučni eksperiment koji ga je naveo na zaključak da mravi imaju poseban jezik komuniciranja, i da dosuđuju rigoroznu kaznu donosiocu lažne informacije, koji na taj način obmanjuje zajednicu mrava. Ibn al-Qayyim je napisao:

Jedan bogougodnik ispričao mi je sljedeću priču: "Posmatrao sam jednog mrava koji je našao parče skakavca. Pokušavao ga je odvući, ali bez uspjeha. Otišao je i vratio se sa grupom mrava da mu pomognu. Prije negoli su stigli, podigao sam parče skakavca sa zemlje. Kada se mrav sa svojim drugovima vratio, svi su oni kružili oko mjesta gdje je bio uginuli skakavac. Pošto nisu našli ništa, otišli su. Spustio sam, zatim, skakavca gdje je prethodno bio, a mrav je, vrativši se nazad, pokušao da ga odnese, ali uzalud. I ponovo isto... On je otišao po pomoć a ja sam, još jedanput, podigao parče prije negoli su se vratili. Vrativši se i ne našavši ništa, okružili su tog mrava, i prije nego sam mogao pružiti bilo kakvu pomoć,

---

<sup>6</sup> Ibn al-Qayyim, *Miftāh*, vol 1, str. 242-243.

napali su ga, kidajuć ga u komade, ud za udom, dok sam ja gledao zapanjen.<sup>7</sup>

U svom *Tafsīru al-Kashshāf* (Tumačenje Kur'ana) muslimanski učenjak Al-Zamakhsharī opisao je insekte koji su toliki mali da se ne mogu vidjeti golim okom, i na taj način predskazao otkriće mikroskopskih bića.

Možda ste na stranicama starih knjiga zapazili sićušnog insekta, jedva vidljivog golim okom. Ukoliko se kreće, moguće ga je vidjeti, a kada stane, postaje nevidljiv. Ako mu približiš svoju ruku, on uzmiče, izbjegavajući bilo kakvu moguću opasnost. Neka je slavljen Onaj Koji vidi oblik ovog insekta, njegove organe, vidljive ili nevidljive, pojedinosti njegova stvaranja, njegovo čulo vida i skrivene namjere! Vjerovatno postoje bića koja su stvorena kao krajnje sićušna i beskrajno mala. *Slavljen neka je onaj Koji je u parovima stvorio sve: ono što iz Zemlje niče, u njima samima, a i u onome što oni ne znaju!* (36:36)<sup>8</sup>

Rekao je, u stanju duboke duhovne transcendentnosti, da ga je ovo podsjetilo na jednu pjesmu koju je ranije sastavio. Njeni stihovi veoma su dirljivi kada se čitaju na arapskom. Ovo je njen prijevod:

*O Ti Koji vidiš komarca  
Šireći mu krila u duboku, tamnu noć,  
I Koji vidiš srčane vene u njegovu vratu,  
I moždinu u onim tankim opnama,  
Oprosti vjerniku koji se sada kaje  
Zbog svog lutanja u stara vremena.*<sup>9</sup>

Takvi učenjaci nisu se zaustavili na kontempliranju vidljivih stvorenja, nego su nastavili meditirati o apstraktnim

<sup>7</sup> Ibn al-Qayyim, *Miftāh*, vol 1, str. 242-243.

<sup>8</sup> Al Zamakhsharī, *Tafsīr al-Kashshāf* (Cairo: Al-Maktabah al-tijariyyah, 1354. god. po H.), vol 1, str. 57.

<sup>9</sup> Al Zamakhsharī, *Tafsīr al-Kashshāf*, str. 57.

pojmovima, uključujući i sam proces kontemplacije. U nastavku slijedi ono što je Al-Ghazālī napisao dok je kontemplirao um i njegove sposobnosti:

Um nije neka osoba ili slika koja se može vidjeti. To nije neki zvuk koji se može čuti. Ne može se, također, ni dodirnuti, pomirisati ili okusiti. Ipak, on dominira i njemu se pokorava. Nastoji uvijek biti veći. Može razmišljati o nevidljivom i u stanju ga je vidjeti. Ono što je suviše sićušno za oko, dovoljno je veliko za njega. Ono što nadilazi bilo kakav prostor, on obujmljuje. Um vjeruje u stvari koje je Svemoćni skrivenim učinio, bilo na nebesima, iznad njih ili u samoj utrobi zemlje. Sve ovo vidi jasnije od bilo kakvog oka. On je mjesto mudrosti i suština znanja. Što više znanja stiče, postaje prostraniji i moćniji. On naređuje udovima da se miču, a vrijeme između namjere povinovanja i samog djela suviše je kratko da bi se iskazalo, premda spremnost za kretanjem dolazi prva.<sup>10</sup>

Al-Ghazālī je nastavio razmišljati o mudrosti Svemoćnog, koja se ogleda u ograničavanju umnih sposobnosti kod novorođenih beba. Govorio je o mentalnom razvoju pri tome pokazujući sposobnost zapažanja koju posjeduju razvojni psiholozi:

Razmisli o prednostima nezrelog uma i ograničene percepcije kod novorođenog djeteta. Da je rođeno sa drugačijim sposobnostima, ne bi uspjelo da uči o svijetu koji ga okružuje. U potpunosti bi se izgubilo vidjevši ono što nije znalo ili vidjelo prije. Uznemirilo bi se shvativši da ga nosaju okolo, oblače i umotavaju u pelene, namještaju u kolijevku, premda mu je, zbog slabosti vlastitog tijela, sav ovaj tretman potreban. Također, takvo dijete ne bi naišlo na nježnost i ljubav koju djeca obično uživaju kad god zahtijevaju svoj vlastiti način i izbor. Ovo pokazuje da je postojanje postepeno rastućeg uma i percepcije od koristi za samo dijete. Zar ne vidiš kako je Bog sve u svom stvaranju napravio s najvećom mudrošću i savršenstvom?<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> Al-Ghazālī, *Al-hikmah*, str. 83.

<sup>11</sup> Al-Ghazālī, *Al-hikmah*, strp. 68.

Ovo su samo neki primjeri duboke kontemplacije ranih učenjaka i bogougodnika koji su bili sposobni zaroniti u velike dubine s ciljem otkrivanja Božijih zakona u Njegovom stvaranju. Ovo traganje za kosmičkim zakonima dijele i kontemplativni vjernici i moderni naučnici, bez obzira na različito životno i vjersko ubjeđenje. Moderni eksperimentalni naučnici tragaju za zakonima i principima koji upravljaju svemirom i isti im pomažu u predskazivanju kosmičkih događaja sa zadivljujućom preciznošću. Precizno predskazivanje je, također, najvažniji dokaz koji se koristi u Kur'anu s ciljem ustanovljavanja najveće istine: da ovaj svemir ima Jednog Stvoritelja i Jednog Boga Koji ga održava, zahvaljujući zakonima koje je On uspostavio. Iz tog razloga na Kur'an bi se trebalo gledati kao na okrepnjujuću inspiraciju koja poziva urođenu prirodu, Božijom voljom usađenu u ljudska srca, da istražuje ove zakone koji ravnaју svemirom. Ovo potvrđuje i Kur'an:

*Allah je onaj Koji čini da klija zrno i košpica, On iz mrtvog izvodi živo, i iz živog mrtvo! To je – Allah, pa kuda se onda odmećete? Allah čini da osviću zore, i noć je smirajem dao, A sunce i Mjesec ja dao da bi se broj vremenu znao! To je Odredba Silnoga, Sveznajućega! (Kur'an, 6:95–96)*

*A i Sunce do svog odredišta jezdi! To je odredba Silnoga, sveznajućega! I mjesecu smo odredili mijene, pa se uvijek vraća kao stara savijena grana palmina! Niti sunce treba Mjesec dostići, niti noć dan preteći! I sve u svemiru plovi. (Kur'an, 36:38–40)*

Ova dva fenomena koji demonstriraju tačnost kosmičkih zakona i njihovo moguće predskazanje glavni su temelji modernog naučnog metoda, bez kojih se ni jedna eksperimentalna nauka ne može razviti. Istina je da je Newtonova slika univerzuma, kao satnog mehanizma, poljuljana naukom relativiteta i kvantnom fizikom. Ova naučna revolucija, međutim, nužno ne

implicira da nema reda u svemiru ili da ga, ako postoji, čovječanstvo nije u mogućnosti spoznati.

I muslimanski i nemuslimanski istraživači primit će istu materijalnu nagradu i slavu. I jedni i drugi naći će zadovoljstvo i uzbudljivo ispunjenje u savladavanju problema svog istraživanja. Međutim, kada su muslimanski istraživači uistinu iskreni u svom poslu, njihovi motivi za istraživanje i nagradu koja slijedi bit će mnogo značajniji nego kod njihovih kolega nemuslimana. Kada otkrivaju komplikovane relacije unutar materijalnih, bioloških i psiho-socijalnih pojava i kada posmatraju Božija djela i Njegove zakone u njima, oni ustvari praktikuju najviši vid bogoštovlja (ibadeta). Na njih se odnose riječi Kur'ana:

*I Allaha se boje od Njegovih robova onī učeni.* (Kur'an, 35:28)

Ako takvi studenti iskreno vode svoje istraživanje, s ciljem služenja Bogu, svi njihovi naponi uloženi u posmatranje, meditaciju i kontemplaciju (bilo u laboratoriji ili na polju) bit će uveliko nagrađeni. Nažalost, muslimanski studenti izgleda ne razumiju ovu svetu poruku niti shvataju da neće biti kadri postići mnogo bez istrajnosti. Da su muslimanski istraživači razumjeli svoj zadatak posmatranja i kontemplacije kao vid ibadeta kojim stiču Božije zadovoljstvo, bili bi, stoga, mnogo više motivirani.

Ono što jedan vjernik otkriva ili pronalazi, a korisno je za čovječanstvo, smatrat će se kod Boga trajnim milosrđem. Za takvu aktivnost bit će nagrađen i na ovom i na budućem svijetu, pošto će njegovo djelo i dalje koristiti svima onima koji se njime budu služili. Također, bilo koje istraživanje koje musliman napravi smatra se privrženošću Poslanikovoј smjernici: "Traženje znanja dužnost je svakom muslimanu."<sup>12</sup>

<sup>12</sup> Hadis citira Anas u Al-Suyūti, *Al-Jamī'*, vol. 2, str.182.



Pozitivan odnos između prefinjene, trajne kontemplacije (kao posebno cijenjenog vida ibadeta) i progressa naučnog znanja dokazuje se historijom progressa u eksperimentalnim naukama u muslimanskom svijetu. Nema sumnje da su otkrića i pronalasci koje su načinili muslimanski znanstvenici, na bilo kojem polju, poučili Evropu znanstvenom metodu, koji predstavlja temelj moderne civilizacije. Također, nema sumnje, bar u muslimanskom svijetu, da je takav progres bio direktan rezultat duboke vjere muslimanskih naučnika i pridržavanja vjerskog naloga da se kontempliraju nebesa i Zemlja. Svoja velika otkrića i pronalaskes napravili su zato što su marljivo tražili znakove Božije mudrosti u Njegovom stvaranju i opštim zakonima pomoću kojih On upravlja Svemirom.

U svojoj izvrsnoj knjizi *Allahovo sunce sija na Zapadu*, njemačka orijentalistica Sigrid Hunke kaže:

Poslanik Muhammed pozivao je svoje sljedbenike na kontempliranje i proučavanje čuda stvaranja kao načina divljenja snazi Stvoritelja. Također je uvjeravao svoje pristalice da znanje osvjetljava njihovu stazu vjere. Savjetovao je svakog muslimana i muslimanku da traže znanje, učinivši to vjerskom obavezom. Traženje znanja i njegovo širenje, propovijedao je, Bog nagrađuje na isti način kao i bogoslužje (ibadet). Nagrada za učenje adekvatna je nagradi posta, a za poučavanje slijedi ista nagrada kao i za namaz.<sup>13</sup>

Hunke tvrdi da Francis Bacon, Galileo i drugi zapadni naučnici nisu zasnovali temelje naučnog metoda, kao što tvrde zapadni historičari, nego su istinske preteče i učitelji svijeta na ovom polju bili muslimani. Ona, također, dokazuje da je Ibn al-Haytam bio istinski osnivač moderne fizike, a da je bio u mogućnosti dosegnuti ovaj položaj zahvaljujući svojoj teoretskoj meditaciji i neposrednom posmatranju. Zapravo, dok

<sup>13</sup> Sigrid Hunke, *The Sun of Allah Shines on the West*, na arapski preveo Faruq Baydun i Kamal Dasuqi (Beirut: Dār al-Āfāq al-Jadidah, n.d.), str. 369.

civilizirani svijet njegova vremena nije mogao naći alternativu Euclidovim i Ptolemejevim teorijama, koje su naučavale da ljudsko oko emituje snopove svjetlosti da bi se vidjele stvari, Ibn al-Haytham je beskompromisno opovrgao ovu teoriju. On je rekao: "Ne postoje snopovi svjetlosti koji se emitiraju iz oka da bi se postiglo viđenje. Vidljivi predmeti jesu oni koji reflektuju snopove na oko, a viđenje se ostvaruje posredstvom očnih sočiva."<sup>14</sup> Hunke dodaje:

Ibn al-Haytham je postigao ogroman uspjeh u svom proučavanju optike i nadmašio sve one koji su bili poznati u toj oblasti nauke, zasnivajući na taj način novu naučnu disciplinu... Bio je prvi koji je pravio eksperimente, dostižući vrhunac u pronalasku pinholne kamere, koja je bila prototip modernih kamera. Ovako je dokazao da svjetlosni snopovi putuju u pravim linijama... On je, također, proučavao razliku u gustini zraka i vode i našao objašnjenje za prelamanje svjetla kada se kreće kroz prozirnu sredinu različitih gustina. Zbog toga je bio u mogućnosti izračunati dubinu vazdušnog omotača koji okružuje Zemlju, tvrdeći da je to petnaest kilometara. Prema tome, došao je do rezultata bez presedana po svojoj preciznosti i tačnosti... Otkrio je, također, zakon koji reguliše utjecaj svjetlosnih reflektora i izumio prvi model naočara za čitanje. Utjecaj ovog arapskog genija na Zapad bio je ogroman. Njegove teorije dominiraju fizikom, optikom i drugim evropskim naukama sve do današnjih dana.<sup>15</sup>

Ona, potom, nabraja doprinose drugih muslimanskih naučnika u astronomiji, matematici, medicini, hemiji, geometriji i na drugim poljima. Pisala je s oduševljenjem o Ibn Sīnau (Avicenni) i njegovoj knjizi *Al-Qānūn* (Kanon medicine):

Kakav je samo on genije kad je objedinio sve ove teoretske i praktične aspekte medicine, u svim njenim granama, organizujući ih na tako jedinstven način, i predstavljajući ih

<sup>14</sup> Hunke, *The Sun of Allah Shines on the West*, str. 369.

<sup>15</sup> Hunke, *The Sun of Allah Shines on the West*, str. 369.

tako originalnim i izražajnim stilom da je napravio knjigu jedinstvenog i velikog značaja među knjigama medicine svih doba. Stoljećima je ta knjiga, kao ni jedna do tada u historiji medicine, imala ogroman utjecaj jednako i na Istoku i na Zapadu.<sup>16</sup>

Drugi nepristrasan orijentalista koji je pisao o doprinosima ranih muslimanskih naučnika nauci srednjeg vijeka jeste Montgomery Watt. U svojoj knjizi *Utjecaj islama na srednjovjekovnu Evropu* dao je sljedeće komentare na Ibn Sīnaov *Al-Qānūn*:

Ta je knjiga pravedno proglašena "kulminacijom i remek-djelom arapske sistematizacije" (Meyerhof). Prevedena je na latinski jezik u dvanaestom stoljeću i nastavila je dominirati učenjem medicine u Evropi do kraja šesnaestog stoljeća. Postojalo je šesnaest njenih izdanja u petnaestom stoljeću, od kojih je jedno bilo na hebrejskom, dvadeset izdanja u šesnaestom i nekoliko više u sedamnaestom stoljeću.<sup>17</sup>

Al-Balkhī je već bio spomenut kada smo govorili o njegovim doprinosima kognitivnoj psihologiji, njegovom opisivanju utjecaja mišljenja na pojavu psiholoških poremećaja i upotrebi kontemplacije u njihovom liječenju. Kao muslimanski naučnik i mislilac dao je, također, nemjerljive doprinose i psihijatriji. Bio je prvi ljekar koji je pravio razliku između neuroze i psihoze, i prvi koji je klasificirao emocionalne poremećaje na upadljivo moderan način. Spojio je duboko razmišljanje i kontemplaciju s islamskim učenjem da bi klasificirao neuroze u četiri vrste: strah i anksioznost (*khawf wa al-faza'*); ljutnju i agresiju (*al-ghadab*); tugu i depresiju (*al-huzn wa al-jaza'*) i opsjednutost (*waswasah*). On je jasno pripisao razvoj emocionalnih poremećaja interakciji (*ishtibāk*) biološke konstitucije pacijenta, njegove okoline i njegovih unutrašnjih, kognitivnih aktivnosti.

<sup>16</sup> Hunke, *The Sun of Allah Shines on the West*, str. 289.

<sup>17</sup> W. Montgomery Watt, *The Influence of islam on Medieval Europe* (Edinburgh: Edinburgh University Press, 1987), str. 38.

Razmatrajući ove psihosomatske aspekte i individualne razlike, Al-Balkhī je rekao da i tijelo i duša, ono od čega je čovjek sastavljen, mogu pokazivati i zdravlje i bolest, ravnotežu i neravnotežu.<sup>18</sup> Poremećaji tijela uključuju groznicu, glavobolju i druge fizičke bolesti, a poremećaji duše uključuju simptome kao što su ljutnja, anksioznost i tuga.

Naslovi osam poglavlja koja tretiraju dušu i psihi liče na sadržaj stranica neke moderne knjige o psihoterapiji i mentalnoj higijeni. Al-Balkhī, koji je bio i velikan arapske proze, jasno pravi razliku između normalnih i općih, i između ekstremnih emocionalnih reakcija običnih ljudi i onih čija je emocionalna priroda već postala patološka. Njegov je pristup i preventivan i terapijski i uključuje kognitivni i psihofiziološki prilaz. U prva dva poglavlja, on naglašava važnost psihičkog zdravlja i ističe kako njegovi poremećaji mogu biti ozbiljniji od fizičkih bolesti. Ostatak rukopisa podrobno govori o tome kako nadvladati anksioznost, depresiju, ljutnju i opsesivnu neurozu pomoću kreativne psiho-duhovno-kognitivne terapije, podržane konkretnim zabavnim ilustracijama.

Primjera radi, kada raspravlja o neurozi praćenoj strahom i anksioznošću, on nudi izvjestan broj živopisnih kliničkih ilustracija anksioznosti povezane sa zebnjom od budućih problema, kakvi su gubitak posla ili zdravlja, ili sa fobijom od groma ili smrti. Potom, baš kao moderni racionalni bihevioristički terapeuti, izjavljuje da većina strahova koje ljudi imaju nisu racionalni. Da dokaže ovu misao, on navodi za primjer beduina koji putuje u neku hladnu, vlažnu zemlju, savladanog strašnom panikom kada prvi put vidi maglu i pomisli da je to čvrsti neprobojni predmet. Međutim, kada jednom uđe u nju, on otkriva da je ona samo vlažni zrak, koji se ne razlikuje od zraka koji je nedavno udisao.<sup>19</sup>

<sup>18</sup> Al-Balkhī, *Masālih al-Abdān*, str. 270-271.

<sup>19</sup> Al-Balkhī, *Masālih al-Abdān*, str. 307.

Osim njegove dobro razvijene terapije za neurotike, Al-Balkhi, također, više puta ukazuje na emocionalne abnormalnosti normalnih ljudi, opisujući ih kao smanjenu formu prave emocionalne bolesti. On ne govori o takozvanom neurotiku kao "pacijentu", nego radije kao o osobi čije su pretjerane emocionalne reakcije postale navika. Ovo je, kako je spomenuto u članku o Balkhiju,<sup>20</sup> mnogo potrebniji pristup u modernoj psihijatriji i psihoterapiji, koja je, pogrešno usvajajući medicinski model, uveliko ograničila sebe na terapiju "bolesnih", umjesto na terapiju usmjerenu na psihološko liječenje "nesretnih" duša.

Što je mnogo važnije, zahvaljujući svojoj kontemplaciji i detaljnom kliničkom posmatranju, bio je kadar klasificirati depresiju na tri vrste, spomenute u nedavno napravljenjnoj klasifikaciji psihijatrijskih simptoma (DSM-III-R). Prvu vrstu, na koju se ukazuje u modernoj klasifikaciji kao na "normalnu depresiju", Al-Balkhī je opisao kao normalnu svakodnevnu tugu koju svako osjeća pošto je "ovaj svijet mjesto koje ne može biti lišeno problema i odricanja". Međutim, ono što je mogo vrednije pažnje jeste njegova sposobnost za pravljenje razlike između druge i treće vrste depresije, naime, između endogenih depresivnih poremećaja, koji nastaju u tijelu kao rezultat unutrašnjih hemijskih uzroka, i onih koji nastaju zahvaljujući ekstrogenim faktorima ili faktorima okoline, izvan tijela. U sljedećem navodu, koji pokazuje njegov prefinjen klinički uvid u ove dvije vrste depresije, čitaoci opskrbljeni psihijatrijskim ili kliničkim psihološkim znanjem moći će razumjeti njegovu sposobnost pravljenja razlike između njih.

Postoje dvije vrste tuge ili depresije (*huzn*). Za jednu vrstu jasno se zna da ima vanjske uzroke, kao što je gubitak bliskog srodnika, bankrotstvo ili gubitak nečega što deprimira osoba uveliko cijeni. Druga vrsta nema poznate uzroke.

<sup>20</sup> Malik B. Badri, "Abū Zayd al-Balkhī: A Genius whose Contributions to Psychiatry Needed more than Ten Centuries to be Appreciated", *Malaysian Journal of Psychiatry*, vol. 6, br. 2, septembar 1999, str. 48-53.

To je iznenadna obuzetost tugom i ogorčenjem (*ghummah*), koja traje sve vrijeme, sprečavajući osobu, koju ista muči, da se bavi fizičkom aktivnošću, da pokazuje sreću, ili, pak, uživanje u bilo kakvim zadovoljstvima (*shahawāt*). Pacijent ne poznaje nikakav razuman razlog za svoju neaktivnost i tugu. Ova potonja vrsta depresije, koja nema poznat uzrok, ustvari ima svoje korijene u fizičkim simptomima, kakvi su nečistoća krvi... i druge promjene na njoj. Njeno je liječenje fizičko, medicinsko liječenje koje je usmjereno na prečišćavanje krvi.<sup>21</sup>

Ova zapažanja ostala su neprimijećena gotovo jedanaest stoljeća sve dok nisu neumjesno pripisana Emilu Kreapelinu, čije je djelo objavljeno pred kraj devetnaestog stoljeća i kome je, zbog toga, pripisano ustanovljavanje našeg modernog sistema psihijatrijske klasifikacije.

Ovo su neki od primjera razvoja eksperimentalne nauke u muslimanskom svijetu, u doba kada je kontemplacija Božijeg stvaranja i zakona kojima On održava svemir činila osnovu naučnog preporoda. To je bila zrela, uravnotežena civilizacija, u kojoj su fizičko i duhovno međusobno djelovali na harmoničan i homogen način, a isti se temelji na razumijevanju urođene duhalne prirode čovjeka kao racionalne životinje i duhovnog bića. Nažalost, moderna muslimanska društva nisu uspjela očuvati ove vrijednosti koje su donijele nadmoć njihovim precima, dok je Evropa izgradila naprednu tehnološku, sekularnu civilizaciju, ukorijenjenu u materijalistički, nereligiozni svjetonazor.

Međutim, zapadna civilizacija, iako je uspjela donijeti prosperitet i prevlast svojim narodima, lišila ih je zadovoljavanja prirodnih duhovnih potreba. Ona, zapravo, za razliku od islamske civilizacije, odbacuje dušu i zamijenila je religiju novim bogom, bogom sekularne nauke. Ovo poricanje duše ustvari je glavni razlog široko rasprostranjenog nezadovoljstva i ogromnog porasta slučajeva neuroze, psihoze, ovisnosti, kriminala, suicida,

---

<sup>21</sup> Al-Balkhī, *Masālih*, str. 316-319.

razvoda, abortusa, i zapostavljanja starijih u modernim zapadnim društvima. Potpuna statistika takvih zapadnih socijalnih problema jasno pokazuje da muslimanska društva, bez obzira na sve njihove mane, uživaju mnogo sretniju i mirniju stvarnost.

Ako svjetonazor neke osobe isključuje vjerovanje u dušu ili u budući svijet, za nju je jedino prirodno da bude hedonistička životinja koja nastoji uživati u svom materijalističkom životu i izbjegavati, što je više moguće, bilo koja bolna iskustva. Međutim, kada je ovo nastojanje sputano životnim problemima ili samom bolešću ili starošću, takve će se osobe neizbježno osjećati obeshrabreno, anksiozno ili depresivno, podleći će neurotičnim reakcijama ili onima koje su karakteristične za duševno poremećene osobe, ili će, pak, pokušati da prebrode svoje probleme posredstvom alkohola, droga ili suicidom. Ako se, prema tome, vjeruje da ljudska bića nemaju dušu (koju samo Bog daje), zašto bi se, naprimjer, očekivalo od žena da rađaju bebe iz neželjenih trudnoća. Također, ako ljudi boluju od teških ili naizgled neizlječivih bolesti a ne vjeruju u budući svijet ili vječni život duše, zašto bi trebalo da istrajavaju u toj "besmislenoj" patnji?

Otuđenost od islama i duhovnih korijena islamske civilizacije najveća je nesreća a rezultirala je tragičnim rascjepom između fizičkog i duhovnog, nauke i religije. Nikad nije postojala tako uravnotežena civilizacija kao što je ona koja je cvjetala pod islamskim vodstvom, kada su ljudsko znanje i religija bili u harmoniji bez presedana, a pod zaštitom pokornosti Jednom Svemoćnom Bogu. Naučnici kakvi su Ibn Sīnā, Al-Balkhī i Ibn al-Haytham, ulazeći u svoje laboratorije i bolnice bili su uvjereni da ih Bog neće manje cijeniti ili nagraditi od vjernika koji ulaze u džamije radi dugotrajne meditacije. Ustvari, oni su zaradili čak i veću nagradu i poštovanje.

Ovo nas može podsjetiti na dva ranije citirana kur'anska ajeta (35:27. i 28) a koji tretiraju one koji svoje znanje crpe iz duboke kontemplacije i podsjećanja na veličinu Božijeg stvaranja

ljudi i životinja, različitih boja i oblika. Postoji, također, izvjestan broj hadisa koji izuzetno hvale učenu osobu, više nego samog vjernika. U jednom od ovih izreka, Poslanik izjavljuje da je 'ālim, ili onaj kojeg znanje vodi boljem razumijevanju njegovoga Stvoritelja, u poređenju s običnim vjernikom, poput Poslanika u poređenju s ashabom najslabijeg imana.<sup>22</sup> Ovo podupire i stara islamska izreka: Mastilo koje teče iz pera pobožnih muslimanskih učenjaka bolje je od krvi koja teče iz rana boraca na Božijem putu. Ovo izlaganje omogućuje i bolje razumijevanje već spomenute izreke Al-Hasana al-Basrija i 'Umara ibn 'Abd al-'Azīza, koja govori da je "jedan sat kontemplacije bolji od čitave, u ibadetu probđevene, noći", kao i one da je "sjećanje na Boga (zikr) dobro djelo, ali je kontemplacija Božijih blagodati najbolja vrsta ibadeta".

Možemo, prema tome, vidjeti kontrast između zdravog spoja nauke i vjerskog ubjeđenja ranih muslimanskih naučnika, s jedne strane, i sadašnje situacije u zapadnom svijetu i mnogim međunarodnim naučnim zajednicama, s druge. Nažalost, mnogi su "sekularizirani" muslimanski naučnici, također, odlučili slijediti i usvojiti zapadni model. Pored toga, ironično je da u vrijeme kada muslimani zaziru od smjele islamizacije svojih humanih, socijalnih i naučnih disciplina, zapadni svijet počinje prepoznavati socijalne poremećaje uzrokovane raskolom između nauke, religije i sekularizacije. Mnogi njihovi mislioci otvoreno govore protiv ovog neprirodnog rascjepa. Primjera radi, renomirani američki psihijatar Scott Peck, u svom bestseleru *People of the Lie* (Lažovi), izjavljuje da je glavni razlog za psihičke i psihijatrijske probleme, koje tretira u svojoj knjizi, upravo ovaj rascjep:

Najveći razlog za ovo neobično stanje stvari jeste činjenica da su naučni i religijski modeli, sve do današnjeg vremena, bili smatrani potpuno nespojivim, poput ulja i vode, međusobno

---

<sup>22</sup> Al-Albānī, *Sahīh al-Jamī' al-Saghīr*, vol. 2, str. 776.



inkompatibilni i odbojni. U kasnom sedamnaestom stoljeću, nakon što se Galileova afera pokazala bolnom i za nauku i za religiju, i jedna i druga izradile su nepisani društveni ugovor o nesaradnji. Svijet je bio prilično proizvoljno podijeljen na “prirodno” i “natprirodno”. Religija se složila da je “prirodni svijet” bio jedina provincija naučnika. A nauka se, zauzvrat, složila da se kloni duhovnosti ili, iz tog razloga, svega onoga što barata s vrijednostima. Ustvari, nauka je samu sebe odredila kao “bezvrijednu”.<sup>23</sup>

U jednoj od svojih novijih knjiga, podesno naslovljenoj kao *Denial of the Soul* (Poricanje duše), Scott Peck otkriva razloge odbacivanja “duše” u zapadnoj nauci. On žestoko napada ovaj ateistički stav kao i dvojbu religioznih američkih stručnjaka, koji ništa, s tim u vezi, ne čine:

Riječ “duša” je, vjerovatno, u rječniku svakog drugorazrednog kritičara. Zašto je, onda, nema u stručnim rječnicima psihijatar, drugih mentalnih zdravstvenih radnika, studenata psihologije i doktora uopće? Postoje dva razloga. Prvi od njih jeste da je pojam Boga inherentan pojmu duše, a “razgovor o Bogu” praktično je izvan dozvoljenih granica ovih, relativno sekularnih, profesija. Neki od njih mogu imati religijske stavove, ali oni ne izlaze iz domena ličnog, i smatra se da njima ne bi trebalo uznemiravati svoje sekularne kolege. Zbog takvih stavova oni neće ostati bez posla, ali je činjenica da bi im razgovor o Bogu ili duši u profesionalnim skupovima bio interesno štetan. Drugi razlog je da ovi profesionalci, sasvim ispravno, imaju sklonost ka intelektualnoj strogosti, a duša je nešto što ne može biti u potpunosti definirano. Ipak, nisu sekularisti oni koji me brinu zbog raširenog negiranja duše... To je vjerska većina, koja svoju vjeru ne uzima ozbiljno.<sup>24</sup>

U *Timeless Healingu*, Benson žestoko okrivljuje “moderni svijet za zamjenu religije naukom”. On čak tvrdi da su ljudi genetski

<sup>23</sup> M. Scott Peck, *People of the Lie: Hope for Healing Human Evil* (London: Arrow Books, 1990), str. 43.

<sup>24</sup> M. Scott Peck, *Denial of the Soul: Spiritual and Medical Perspectives on Euthanasia and Morality* (Hemel Hempstead, UK: Simon & Schuster, 1997), str. 129. i 131.

predodređeni da vjeruju u Boga, objašnjavajući da ateisti, koji zanemaruju svoj genetički kod vjerovanja, vode bijedan i neispunjen život. Također, on objašnjava ovu nasljednju vezu terminima Darwinove evolucije, koja, ironično, nosi najveću odgovornost za antireligijski stav zapadnih naučnika. Ovaj je stav značajan jer je blizak islamskom vjerovanju, po kome je vjera u Boga sastavni dio ljudske prirode (*fitrah*), iako islam ide dalje izjavljujući da (vjera) potiče od duha (*rūh*) koji je Bog udahnuo u Adema, i nije čista biološka slučajnost. Benson piše:

Čak i kada mi (kao naučnici) stičemo nove informacije, čak i kada osvajamo nepoznato, osjećamo se praznima i neispunjenima. A vjera je jedina dugoročna utjeha. Pored toga, vjera u Beskrajnog Apsoluta jedina je adekvatna, djelotvorna sila za konačne činjenice bolesti i smrti.

Zbog toga insistiram na tome da je naš shematski plan načinio vjerovanje u Beskonačnog (Boga) dijelom naše prirode. Procesom prirodne selekcije, mutiranjem gena, vjera je učinjena važnim faktorom preživljavanja naših predaka, zbog čega smo i mi obdareni istim sklonostima. To dokazuje, što je ironično, da evolucija favorizira religiju, izazivajući naše mozgove da generiraju impulse koji su nam potrebni da istrajemo, a vjera, nada i ljubav postaju dio *neuromatrixa* kojim mi prilazimo životu.<sup>25</sup>

S velikim interesovanjem primjećuje se da novija otkrića u zapadnoj sekularnoj nauci, čiji je prvotni zadatak bio omalovažavanje i uklanjanje religije, izazivaju novu naučnu revoluciju i karakteriše ih povratak na raniju poziciju. Ironično, ovaj proces predvodi fizika, kraljica egzaktnih nauka. Od svih fizičara najbolje nam o novoj paradigmi može reći Fritjof Capra, koji u svom predgovoru Ronald Valleovoj i Rolf von Eckartsbergovoj *Metaphors of Consciousness* (Metamorfoza svijesti) piše:

Fizika je igrala glavnu ulogu u oblikovanju stare (Newtonian) paradigme... Ona je bila svijetli primjer "egzaktne" nauke

<sup>25</sup> Benson, *Timeless Healing*, str. 202. i 208.

i služila je kao model za sve druge nauke. Paradigma, koja se sada zamjenjuje, uključivala je ... vrijednosti koje su dominirale našim društvom stotinama godina. One podrazumijevaju vjerovanje u znanstveni metod kao jedini ispravan prilaz znanju, rascjep između uma i materije i gledanje na prirodu kao na mehanički sistem.

Međutim, fizika je u dvadesetom stoljeću prošla kroz nekoliko konceptualnih revolucija koje su jasno otkrile ograničenja mehanističkog viđenja svijeta i koje su odvele do organskog, ekološkog pogleda na svijeta, pokazujući velike sličnosti s pogledima mistika svih doba i tradicija.

Pitanje svijesti u modernoj fizici isplovilo je u kvantnoj teoriji s problemom opservacije i mjerenja. Shvatanje da ljudska svijest u velikoj mjeri determinira osobine posmatranih atomskih pojava natjeralo je fizičare da prihvate činjenicu da oštra Cartesianova podjela između uma i materije, između posmatrača i posmatranog, nije održiva.<sup>26</sup>

Optimista bi se mogao ponadati da će takve inspirirajuće riječi promijeniti srca sekularnih i pretjerano samopouzdanih zapadnih naučnika, koji još uvijek misle da su nepristrasni posmatrači socijalnih i fizičkih fenomena i da Bog nema šta da radi s njihovim empirijski dobivenim rezultatima. Nažalost, samo mali broj naučnika, duboko upućenih u nauku kojom se bave, počinju preispitivati svoj prethodni, arogantni stav potčinjavanja prirode. Benson jezgrovito izražavao ovu ideju: "Ankete nam govore da se većina zapadnih naučnika smatra ateistima. Ali postoji jedna stara izreka: Ako malo nauke odvodi nekoga od Boga, mnogo nauke vraća ga Boga."<sup>27</sup>

Očito je iz djela zapadnih naučnika, kakvi su Scott Peck, Benson i Capra, da se adekvatna reforma, koja će čovječanstvu donijeti sreću, ne može u potpunosti postići bez zasnivanja naučnog progressa na ravnoteži između ljudskog nastojanja i

<sup>26</sup> Ronald S. Valle i Rolf von Eckartsberg, *Metaphors of Consciousness* (New York: Plenum Press, 1981; London: Plenum Publishing, 1994), str. ix-xii.

<sup>27</sup> Valle i Von Eckartsberg, *Metaphors of Consciousness*, str. 200.

Božanskog navođenja (upute). Ovo je zaista jedini put koji će naučnike vratiti i pomoći im u ponovnom otkrivanju privrženosti, jedinstva i ljubavi prema sveukupnom Božijem stvaranju. S tim u vezi, Kur'an govori:

*I potčinio vam je ono što je na nebesima i na Zemlji, sve je to od Njega! Zbilja su u tome znaci za one koji razmišljaju.* (Kur'an, 45:13)

Međutim, materijalistički, sekularni svjetonazor preobratio je, nažalost, toplu privrženost između čovječanstva i prirode u vječiti rat i borbu. Svako otkriće ili izum u medijima senzacionalno se predstavlja kao "poraz prirode", kao da je priroda stalni neprijatelj. Razmatrajući ovo pitanje, Sayyid Qutb piše:

Zapadnjaci, nasljednici zabludjelih Rimljana, uvijek koriste frazu "poraz prirode", umjesto "iskorištavanje prirodnih sila". Ovaj izraz pokazatelj je zabludjelosti sekularnog pogleda, udaljenog od Božije upute. Istinski musliman, čije je srce blisko Milostivom i Samilosnom Gospodaru, čija duša je bliska dušama svih stvorenja koja slave Boga, Gospodara univerzuma, osoba je koja vjeruje da je Bog Stvoritelj svih ovih sila, i on nema potrebu da se bori protiv njih ili bude njihov protivnik. Bog je stvorio sve ove sile u skladu s jednim i istim zakonom, tako da se one mogu potpomagati kako bi ispunile ciljeve za koje su predodređene. Bog ih je od samog početka potčinio čovjeku i učinio ga kadrin da otkriva njihove tajne i zakone. Čovjek treba zahvaljivati Bogu svaki put kada mu se pruži prilika da dobije pomoć neke od ovih sila. Bog je Jedinj Koji ove sile potčinjava čovjeku. Nije čovjek onaj koji osvaja i pobjeđuje ove sile.<sup>28</sup>

Moderni svijet hitno treba okončati ovaj rat ponovnim ujedinjenjem nauke i prirode u vječitu harmoniju. Kada se jednom dugo očekivano pomirenje dogodi, istinski naučnici i učenjaci neće više gajiti bilo kakvo neprijateljstvo prema univerzumu,

---

<sup>28</sup> Qutb, *Fi zilāl al-Qur'ān*, vol 1, str. 25-26.

niti će imati bilo kakvu želju da osvoje prirodu. Oni će biti poput Ibn al-Haythama, Jābira ibn Hayyāna i Al-Khwarazmīja, koji su svoja velika naučna dostignuća postigli kontempliranjem Božijeg stvaranja otvorenošću srca i razboritošću umova.

U bliskoj povezanosti sa svim elementima Božijeg stvaranja, muslimanski naučnici u prošlosti bili su, ustvari, pod utjecajem primjera i izreka Poslanika, a.s. On je često govorio o neživim objektima u prirodi s osjećanjem da učestvuje, zajedno s njima, u pokornosti Svemogućem Bogu. Jednom se, naprimjer, tokom svoje hidžre u Medinu, s pažnjom obratio mladom Mjesecu, u isto vrijeme osjećajući ljubav i poštovanje prema Bogu, Koji je stvorio i Mjesec i njega samoga i Kome i jedan i drugi iskazuju hvalu. Rekao je: "O mjeseče dobra i upute, ja vjerujem u Onoga Koji je tebe stvorio. O mladi mjeseče, moj i tvoj Gospodar je Bog."<sup>29</sup> Poslanik se, također, najnježnijim riječima obratio i planini Uhud, kod Medine, a svojim drugovima je rekao: "Uhud je planina koja nas voli a i mi volimo nju."<sup>30</sup>

Ako takva ljubav i naklonost može biti usmjerena prema neživim stvarima u prirodi, čitalac može zamisliti kakvu je istinsku ljubav Poslanik osjećao prema biljkama, životinjama i drugim ljudima. Prenosi se da je Poslanik rekao da će (neka) žena biti bačena u Džehennem zato što je zatvorila svoju mačku, sve dok ista nije, zatvorena, umrla od gladi i žeđi.<sup>31</sup> Na drugoj strani, izvjesnoj prostitutki dopustit će se ulazak u Džennet zato što je sišla u bunar i zahvatila vode za žednog, pustinjskog psa.<sup>32</sup> Prema tome, muslimani na prirodu gledaju kao na prijatelja kojeg bi trebalo cijeniti, a ne kao na neprijatelja kojeg treba poraziti.

<sup>29</sup> Hadis prenosi Al-Tirmidhī a bilježi ga Muhyi al-Dīn al-Nawawī u djelu *Al-Āthār al-Muntakhabah min Kalām Sayyid al-Abrār* (Beirut: Al-Maktabah al-Thaqāfiyyah, 1983), str. 171.

<sup>30</sup> Hadis prenosi Anas u Bukhārī and Muslim a bilježi ga Al-Suyūṭī, *Al-Jāmi'*, vol. 1, str. 332, hadis br. 2176.

<sup>31</sup> Hadis prenosi Bukhārī a bilježi ga Al-Suyūṭī, *Al-Jāmi'*, vol. 1, str. 646, hadis br. 4191.

<sup>32</sup> Hadis prenosi Bukhārī a bilježi ga Ibn Sulayman, *Jam' al-Fawā'id*, vol. 2, str. 476, hadis br. 10/8294.

## *Zaključak*

U ovoj studiji pokušao sam opisati značaj *tafakkura* ili meditativne kontemplacije Božijeg stvaranja, kao vjerske dužnosti svakog muslimana, i pokazati da Kur'an i hadisi poslanika Muhammeda, a.s., obiluju uputama koje pozivaju muslimane da redovito čine ibadet Bogu i razmišljaju o onome što je On stvorio. Ovi upute koriste se svim vrstama metoda, od pohvaljivanja vjernika koji su zaokupljeni ovom blagoslovljenom praksom, do osuđivanja nevjernika koji ne razmišljaju o svom vlastitom stvaranju i stvaranju svijeta u kojem žive. Zapravo, nijedan musliman ne može obavljati namaz ili činiti zikr (sjećanje na Boga) bez učestvovanja u nekoj formi kontemplacije Njegovih nagrada i neograničene Svemoći. Kontemplacija se ne može ostvariti bez sjećanja (zikr) i, kao što je ranije objašnjeno, nalik su dvjema stranama istog novčića.

Također, ako muslimani žele dosegnuti duhovnu stazu posvećenih vjernika na transcendentnom putovanju do faze duhovne prosvijećenosti i jasne spoznaje (*shuhūd*), od najveće koristi će im biti duboka, meditativna kontemplacija. Oni će, postepeno prečišćavajući svoj kontemplativni dar, počinjući od proste čulne percepcije do stvarne, jasne spoznaje, dostići blaženu fazu u kojoj njihova srca i razum postaju nadvladani ljubavlju i slavljenjem Svemoćnog. Vidjet će svojim fizičkim i duhovnim okom da je sve u univerzumu potpuno potčinjeno Bogu, da je podređeno Njegovoj volji i izloženo Njegovoj Milosti i oprost. Prema svjedočenju mnogih muslimanskih učenjaka i mudraca, vjernici koji postignu ovaj nivo najveći su sretnici.

Oni zaslužuju Božije zadovoljstvo ali i smirenost, blaženost i sreću na ovom svijetu.

Nadam se da se čitalac musliman, koji se želi penjati duhovnim ljestvama, okoristio kako diskusijom o individualnim razlikama između muslimanskih kontemplatora u postizanju uzvišenog stupnja spoznajne izvjesnosti, tako i diskusijom o devet faktora koji utječu na dubinu ove blagoslovljene prakse. Ambiciozni čitalac morao bi preispitati svoje duhovne predispozicije, svoju naslijeđenu sposobnost usredsređivanja i pozitivne izvanjske prilike. Također bi trebalo da pokuša uvidjeti svoje loše navike i druge uznemirujuće faktore koji ga odvrćaju od kontemplacije, kako bi ih se otarasio i neutralizirao oporirajućim faktorima. Ako je ovo nastojanje iskreno i marljivo, sfera njegove kontemplacije širit će se sve dok se duboko, i kao navika, ne ukorijeni u njegov psihološki i duhovni sustav.

Međutim, ljudi se razlikuju po naporu koji ulažu u poboljšanje svojih sposobnosti kontempliranja, kao i po postupcima koje preferiraju kao korisne. Neke se osobe, naprimjer, mogu okoristiti ugledajući se na duboko kontemplativno ponašanje blagoslovljenog uzora, drugi bivaju dirnuti sticanjem novih saznanja o zadivljujućoj složenosti Božijeg univerzuma, koja je evidentna u sićušnim stvorenjima i udaljenim galaksijama, a treći, pak, nalaze da su molitve i sjećanje na Boga (zikr), noću ili zorom, za njih djelotvornije. Nesumnjivo je da će iskrena i visoko motivirana osoba biti vođena ka dubljem znanju o Bogu i duhovnoj prosvijećenosti. Mora se, ipak, naglasiti da se bilo kakva trajna promjena u ponašanju ne može postići bez ulaganja vremena i energije. Samo na takav način duhovno poboljšanje neće izostati.

Nadam se da će prva dva poglavlja ove knjige o kontemplaciji, sa stajališta psihološke perspektive i doprinosa ranih muslimanskih naučnika, biti pozitivno iznenađenje za moje kolege, psihologe i psihoterapeute, osobito za one koji još oponašaju

zapadne modele. Zapravo, ako se evropski psiholozi žale na amerikanizaciju psihologije, bez obzira na sve njihove kulturne sličnosti, kako se može od nas, kao muslimana i profesionalaca trećeg svijeta, očekivati da pribjegavamo korištenju njihovih teorija i praksi, uključujući i one koje nisu čak bile korištene ni u njihovim vlastitim zapadnim društvima. Zapadni psiholozi sada su shvatili da je ovo izvoženje neprikladne, amerikanizirane psihologije u zemlje trećeg svijeta praksa koja može samo ovjekovječiti zavisnost i eksploatatorske tradicije koje podsjećaju na kolonijalizam. Psiholozi F. Moghaddam, sa Georgtown univerziteta, i R. Harre, sa Oxford univerziteta, u članku koji nosi naslov "Ali, je li to nauka? Tradicionalni i alternativni prilazi socijalnom ponašanju", veoma su lucidno istražili zamke mentalnog ropstva "amerikaniziranoj" zapadnoj psihologiji u zemljama trećeg svijeta:

... najvažniji faktor koji oblikuje psihologiju u međunarodnom kontekstu i dalje je sila nejednakosti između i unutar nacija. Nesposobnost psihologije da doprinese razvoju trećeg svijeta nastaje, u velikoj mjeri, zbog ovih nejednakosti ... *i predstavlja, sigurno, jednu neetičnost...* Navodno psihološko "znanje", koje je izrazito sumnjive pouzdanosti i vrijednosti, čak i u zapadnom kontekstu, biva naveliko izvoženo u društva trećeg svijeta, kao dio ogromnog sistema razmjene kojim, u konačnici, upravlja profit (moj kurziv).

Autori, u nastavku, ističu aktuelno prisustvo hegemonije američke psihologije nad ostatkom svijeta naglašavajući kako ista može gajiti potčinjenost i ovisnost među studentima psihologije zemalja u razvoju:

Sjedinjene Države postavile su samu sebe kao jedinu super-silu u psihologiji... Ista se izvozi iz Sjedinjenih Država u ostatak svijeta a da se ne obraća ozbiljna pažnja prikladnosti onoga što se izvozi... Pored toga, psiholozi trećeg svijeta školuju se u Sjedinjenim Državama i drugim zapadnim državama, bez ispitivanja podesnosti njihovog obrazovanja. Ustvari,



neadekvatno obrazovan kadar... i nastavak izvoženja iz zapadnih u društva trećeg svijeta *ojačava veze ovisnosti i nastavlja eksploativne tradicije zasnovane kolonijalizmom* (moj kurziv).<sup>1</sup>

Zapadna psihologija, generalno, i psihoterapija, posebno, mnogo godina su bile obmanjivane sekularnim teorijama i praksama koje su, konačno, diskreditovane kao nepodesne, beskorisne i, povremeno, potpuno štetne. Naprimjer, Frojdove psihoanalitičke teorije i terapije, s varljivim naglašavanjem nesvjesne seksualne i agresivne motivacije, vladale su zapadnom psihoterapijom više od sedamdeset godina, da bi, na kraju, bile zamijenjene radikalnom biheviorističkom paradigmom. Premda uspješnija u neznatim i specifičnim poremećajima, kao što su fobije, bihevioralna terapija je, poput psihoanalize, jednako neprijateljski raspoložena prema duhovnim aspektima ljudske prirode. Međutim, s dolaskom savremene kognitivne revolucije, zapadni su psihoterapeuti, konačno, počeli priznavati veliki utjecaj svijesti i uma kod njihovih pacijenata, što će ih, najzad, navesti na uvažavanje njihovih religioznih i duhovnih vjerovanja.

Ovo je istinska revolucija, u kojoj se sada shvata da nesvjesni seksualni konflikt i vanjski podražaji, nisu, sami po sebi, inicijatori emocionalnih poremećaja, nego su to, ponajprije, percepcije, misli i kontemplacija osobe o tim podražajima i iskustvima koji je mogu načiniti neurotikom. Nakon višegodišnjeg lutanja pustinjom bezdušnih teorija, psihoterapija se konačno vraća zdravorazumskim praksama kognitivnog liječenja koje su se uvijek upotrebljavale kao pomoć emocionalno uznemirenima. Kako sam spomenuo u poglavlju o djelima ranih muslimanskih učenjaka o islamskoj kognitivnoj psihologiji, ove kognitivne terapeutske metode naši drevni muslimanski ljekari i iscjelitelji municiozno su proučili i opisali.

---

<sup>1</sup> *Journal of Word Psychology*, 1:4, 1995, str. 53-54.

Ako je čovjek, prema tome, vjerski orijentiran, sve njegove koncepcije i razumijevanja onoga što je iskusio na ovom svijetu bit će obojene njegovim vjerovanjem. Pružanje psihološke pomoći, bez istraživanja i upotrebe njegovih duhovnih orijentacija, osuđeno je na neuspjeh. Dakle, ako se terapeut drži staromodnog, zapadnog modela sekularnog, nerasudivackog prilaza, sigurno neće uspjeti s muslimanskim klijentima čiji se svjetonazor oblikuje islamom, kao vjerom i načinom života.

Ja se nadam, kada je riječ o muslimanskim naučnicima, pogotovo onima koji troše većinu svoga vremena u istraživanju i laboratorijskom ispitivanju, da će pronaći poglavlje koje se odnosi na muslimanskog naučnika kao kontemplirajućeg vjernika. Mnogi mladi studenti misle da naučnici striktno slijede korake empiričkih, induktivnih i deduktivnih metoda u svom nastojanju da pronađu nove tehnologije ili otkriju nove pojave. Međutim, ovi jasno definirani koraci u identificiranju nekog problema, formulisanju hipoteze, eksperimentiranju i sakupljanju podataka i testiranju hipoteze, koje temeljito proučavaju studenti nauke, jesu, jednostavno, opće direktive. Ustvari, duboko razmišljanje i kontemplacija koja rezultira neočekivanom intuicijom mnogo su općije nego što bi naučnici bili voljni priznati. Katkad, otkriće ili inovacija može biti rezultat "greške" koja se slučajno dogodila i bila registrovana u laboratoriji.

Duhovno motivirani muslimanski naučnik, koji čvrsto vjeruje da je ono što on traži "tamo" u bezgraničnom Božijem znanju i da će kroz naporan rad, duboku kontemplaciju i namaz biti prosvijećen rješenjem svog problema, nedvosmisleno je veći vjernik od nekoga ko samo klanja u džamiji. Mi često zaboravljamo kakvu vrijednost ima namaz (*salah*) i dova (*du'a*) u rješavanju naših intelektualnih problema i u oslobađanju od stresa, premda Bog u Kur'anu kaže da je On Onaj Koji se odaziva nesretniku kada Ga zazove, i Koji otklanja zlo... (27:62).

Patnju naučnika koji strpljivo traga za novim saznanjem mogu jedino razumjeti oni koji su iskusili sličnu muku. Lično sam poznavao dva revnosna studenta muslimana (postdiplomskog i doktorskog studija) koji su imali poteškoće u pronalaženju bilo kakvih korisnih rezultata. Provodili bi sate u svojim laboratorijama sami, radeći i moleći Boga da im podari rješenje. Jedan od njih, s Američkog univerziteta u Beirutu, sakupljao bi svoj pribor i idući ka laboratoriji počinjao eksperiment, a zatim bi, čineći sedždu na golom laboratorijskom podu, dugo molio Boga za nadahnuće. Nakon svega, bili su iznenada nadahnuti tačnim hemijskim procedurama – jedan od njih posredstvom intuicije, a drugi putem živopisnog sna u kojem je primio hemijsku formulu, kada mu je bilo rečeno da je zabilježi odmah nakon buđenja.

Moderni sekularni psiholozi i neki vesternizirani muslimani objašnjavaju takve pojave terminima *Gestaltovog* uvidavnog učenja (u kojem majmuni iznenada dobiju ideju o spajanju dva kratka štapa kako bi dohvatili bananu koja je van dosega samo jednog štapa) ili u terminima latentnog učenja. Na snove se gleda kao na želju da se ispune nesvjesni seksualni i agresivni nagoni, kao na način koji mozak koristi za brisanje nepoželjnih informacija – upravo suprotno onome što se desilo spomenutim muslimanskim hemičarima, ili jednostavno, kao na beznačajni slučajni nervni pogodak kome mozak pokušava dati značenje. Duhovna dimenzija snova, kao prenosilaca Božanskog znanja, ne postoji u takvom sekularnom svjetonazoru.

Zapadni naučnici pridržavaju se takvih materijalističkih objašnjenja zato što ne žele transcendirati fizičko. Boga ili, čak, "duhovno", ne priznaju kao mogući način objašnjavanja neke pojave. Umjesto toga, pretpostavljaju da su opisivanjem događaja sekularnim terminima i izmišljanjem novog termina za njegovo "funkcionisanje" već riješili njegovu misteriju, a kada se termin koristi, psiholog ima lažni utisak izvjesnosti. Katkad

se, čak, takvi termini koriste u jednom cirkularnom načinu da "objasne" druge psihičke događaje. Primjera radi, nejasni termin 'sugestija' često se objašnjava kao ono što se dešava tokom hipnoze, a "hipnoza" se definira kao izmijenjeno stanje svijesti u kojem sugestija igra glavnu ulogu. Istinska priroda hipnoze i sugestije još uvijek je veoma dvosmislena u modernoj psihologiji, vjerovatno iz razloga što nije podesna za jednostavnu biheviorističku paradigmu.

Kao muslimanski stručnjaci moramo biti oprezni u slijedeću takvog sekularnog trenda. Čak i da se neki psihološki slučaj ili teorija više puta potvrdi empiričkim dokazom, moramo se podsjetiti na Onoga Koji je stvorio ovu psihološku stvarnost i tražiti Božansku mudrost za takav princip. Svaku prihvaćenu naučnu teoriju ili praksu treba uvijek pripisati principima i načinima koje je Bog izabrao da bi nas darovao znanjem, kao što Mu, također, treba da budemo i zahvalni, jer bez Njegove dozvole, kako izjavljuje u Kur'anu, nijedan čovjek neće postići nijednu formu znanja.



## Bilješka o autoru

Malik Babikir Badri<sup>1</sup> rođen je 1932. godine u Sudanu. Ugledni je istraživač, psiholog, naučnik i terapeut, koji je, između ostalog, utemeljitelj pokreta koji posmatra ljudsku psihu i ponašanje s pozicija slobodnoumnog islama, kombinirajući u svom radu tradicionalna i savremena znanja. Završio je studij psihologije na Američkom univerzitetu u Bejrutu, a magistrirao na Univerzitetu u Leicesteru, u Engleskoj. Doktorirao je kliničku psihologiju na Univerzitetu u Leedsu, u Engleskoj, te završio postdoktorske studije iz kliničke psihologije na Odsjeku za psihijatriju, Middlesex bolnice Medicinskog fakulteta Londonskog univerziteta. Certificirani je klinički psiholog u Velikoj Britaniji. Član je Britanskog udruženja psihologa, Britanskog udruženja bihevioralne psihoterapije, Udruženja muslimanskih naučnika za društvene nauke Sjedinjenih Američkih Država i Kanade. Još od 1985. godine član je Udruženja za bihevioralnu terapiju i istraživanje koje je osnovao čuveni naučnik John Wolpe.

Profesor Badri osnivač je mnogobrojnih savjetovališta, psiholoških klinika i katedri za psihologiju na različitim univerzitetima u Africi i na Bliskom Istoku. Osnivač je Sudanskog psihološkog udruženja i predsjednik Međunarodne asocijacije muslimanskih psihologa. Osnivač je i prvi direktor psihološke klinike Univerziteta u Rijadu. Predavao je psihologiju i psihoterapiju na Američkom univerzitetu u Bejrutu, Jordanskom univerzitetu u Ammanu, Univerzitetu u Khartoumu (Sudan).

---

<sup>1</sup> Biografija Malika Badrija, uz male izmjene, pruzeta je iz *Preporoda* (godina XXXV, broj 18/788, 15. septembar 2004/I. ša'ban 1425) a objavljena je uz intervju koji je s profesorom Badrijem načinio Senad Hasanagić (nap. prev.).

Radio je kao klinički psiholog i psihoterapeut na psihijatrijskim klinikama u Saudijskoj Arabiji i Maleziji. Urednik je nekoliko časopisa iz oblasti psihijatrije i psihologije, kao što su: *Arab Journal of Psychiatry, Journal of the British Association of Psychology and Psychotherapy, The Egyptian Journal of Psychological Studies* itd.

Malik Badri bio je UNESCO-ov ekspert iz oblasti psihologije te član Komiteta za tradicionalnu medicinu Svjetske zdravstvene organizacije. Napisao je mnogobrojne knjige iz oblasti psihopatologije, psihoterapije i dječije psihologije. Nabrojat ćemo samo neke od njegovih najpoznatijih knjiga: *Dilema muslimanskih psihologa, Islam i alkoholizam, Psihologija crteža arapske djece, Mudrost islama u zabrani alkoholizma, Promišljanje: islamski psihospiritualni pogled*,<sup>2</sup> *Kriza zvana AIDS – prirodna posljedica moderne seksualne revolucije* itd.

Profesor Badri dobitnik je nagrade Islamske medicinske asocijacije Južne Afrike za najbolji doprinos islamskoj medicini u 2000-oj godini.

Doktor Badri trenutno predaje psihologiju na Međunarodnom institutu za islamsku misao i civilizaciju u Kuala Lumpuru, u Maleziji.

---

<sup>2</sup> Naslov "naše" knjige doslovno je preveden kao *Kontemplacija – islamska psiho-duhovna studija* (nap. prev.).

## Bibliografija

- Al-Albānī, Muhammad Nāṣir al-Dīn, *Ṣaḥīḥ al-Jamī' al-Ṣaḡhīr lī al-Suyūṭī wa Ziyādah*, (Beirut: Al-Maktab al-Islāmī, 1986).
- Al-'Aqqād, 'Abbās Mahmūd, *Al-Lughah al-Shā'irah* (Cairo: Maktabah Gharīb, n.d.).
- Ali ibn Ebu Talib, *Nahjul Balagha: Peak of Eloquence*, Translated by Sayed Ali Reza (New York: Tahrike Tarsile Qur'an, Inc., 1985).
- 'Alī, Yūsuf, *The Holy Qur'an: Text Translation and Commentary* (Maryland: Amana Corporation, 1989).
- Armstrong, Karen, *A History of God: From Abraham to the Present: A 4,000 – Year Quest for God* (London: Heinemann, 1993).
- Asad, Muhammad, *The Message of the Qur'an* (Gibraltar: Dār al-Andalus, 1980).
- Badri Malik B., *Ilm al-Nafs min Manzūr Islāmī* (Khartoum: IIIT Publications, 1987).
- Badri Malik B., "Abu Zayd al-Balkhī: A Genius Whose Contributions to Psychiatry Needed more than Ten Centuries to be Appreciated", *Malaysian Journal of Psychiatry*, vol. 6, no. 2, septembar 1999, str. 48-53.
- Badri Malik B., *The AIDS Crisis: An Islamic Socio-Cultural Perspective* (Malaysia: ISTAC Publication, 1997).
- Al-Balkhī, Abū Zayd, *Maṣālih al-Abdān wa al-Anfus*, MS 3741 (Istanbul: Ayasofya Library). Photocopied by the Institute of Arabic-Islamic Sciences, Frankfurt A.M., 1984.
- Beck, Aaron T., *Cognitive Therapy and The Emotional Disorders* (New American Library, 1976).
- Benson, Herbert, *Beyond the Relaxation Response: How to Harness the Healing Power of your Personal Beliefs* (New York: Berkley Books, 1985).
- Benson, Herbert, *Timeless Healing* (London: Simon & Schuster, 1996).



- Capra, Fritjof, *The Tao of Physics* (Glasgow: Harper Collins Publishers, 1992).
- Carson, R.C., Butcher, J.N. and Coleman, J.C., *Abnormal Psychology and Modern Life*, 8th edition (London: Scott, Foresman & Co., 1988).
- Eccles, J., *Evolution of the Brain: Creation of the Self* (London: Routledge Publishers, 1991).
- Elkadi, Ahmad, "Quranic Concepts for Eliminating Negative Emotions: Another Aspect of the Healing Effects of the Quran", unpublished paper presented at the 5th International Conference on the Scientific Signs of Quran and Sunnah, Moscow, Russia, septembar 1993.
- Eysenck, H.J., *The Structure of Human Personality* (London: Methuen, 1970).
- Eysenck, H.J., *Psychology is about People* (London: The Penguin Press, 1972).
- Al-Fayūmī, Muhammad Ibrāhīm, *Al-Imām al-Ghazālī wa 'Alāqāt al-Yaqīn bi al-'Aql* (Cairo: Dār al-Fikr al-'Arabī, n.d.).
- Al-Ghazālī, Abū Hāmid, *Al-Hikmah fī Makhlūqāt Allāh* (Beirut: Dār Ihyā' al-'Ulūm, 1984).
- Al-Ghazālī, Abū Hāmid, *Ihyā' al-'Ulūm-dīn* (Beirut: Dār al-Qalam, n.d.).
- Al-Ghazālī, Abū Hāmid, *The Remembrance of Death and the After Life (Book XL of the Ihyā' al-'ulūm-dīn)*. Translated with introduction by T.J. Winter (Cambridge: Islamic Texts Society, 1989).
- Al-Ghazālī, Muhammad, *Fiqh al-Sīrah* (Beirut: Dār al-Kutub al-Hadīthah, 1960).
- Ibn Hanbal, Ahmad, *Kitāb al-Zuhd* (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1983).
- Ibn al-Jawzī, *Said al-Khāṭir*, ed. 'Alī al-Taṭṭāwī (Damascus: Dār al-Fikr, 1978).
- Ibn Kathīr, al-Hāfiz, *Tafsīr al-Qur'ān al-'Azīm*, vol. I (Beirut: Dār al-Ma'rifah, 1969).
- Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, *Al-Fawā'id* (Beirut: Dār al-Nafā'is, 1981).
- Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, *Miftāh Dār al-Sa'ādah* (Riyadh: Ri'āsat al-Iftā', n.d.).

- Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, *Madārij al-Sālikīn*, ed. 'Abd al-Mun'im al-Ṣālih (The Emirates: Wizārat al-Awqāf, n.d.).
- Ibn Sulayman, Muhammad, *Jam'a al-Fawā'id*, vol. 2 (Cyprus: Bank Faysal al-Islāmī, 1985).
- Ibn Taymiyyah, *Majmū' Fatāwā al-Imām Ahmad ibn Taymiyyah*, vol. 10 (Riyadh: Maṭābi' al-Riyād, n.d.).
- Al-Irgisoosi, Muhammad Khair, "The Influence of Muscular Relaxation and Islamic Prayer in the Treatment of Essential Hypertension", Ph. D. thesis (University of Khartoum: 1992).
- Al-Jundī, Anwar, *Al-Fushā: Lughat al-Qur'ān* (Beirut: Dār al-Kitāb al-Lubnānī, 1982).
- Kuhn, Thomas, *The Structure of Scientific Revolutions* (Chicago: University of Chicago Press, 1970).
- Le Shan, L., *How to Meditate* (London: Bantam Books, 1988).
- Mahmūd Mustafā, *Lughz al-Hayāh* (Cairo: Dār al-Nahdah al-'Arabiyyah, n.d.).
- Malpass, L., *Human Behavior* (New York: McGraw-Hill, 1966).
- Mawdūdī, Abul A'lā, *Mabādi' al-Islām* (Damascus: Dār al-Qur'ān al-Karīm, 1977).
- Monsma, John Clover (ed.), *Evidence of God in an Expanding Universe* (G.P. Putman & Sons Publishers, 1958).
- Al-Muhāsibī, al-Hārith, *Kitāb al-Tawahhum* (Aleppo: Dār al-Wa'y, n.d.).
- Al-Nawawī, Abū Zakariyyah, *Riyadh al-Ṣālihīn*, English translation by Madani Abbasi, vol. 2 (Riyadh: Al-Matba'ah al-Duwaliyyah al-Islāmiyyah, n.d.).
- Al-Nawawī, Muhyi al-Dīn, *Al-Āthār al-Muntakhabah min Kalām Sayyid al-Abrār* (Beirut: Al-Maktabah al-Thaqafiyyah, 1983).
- Pearce, J.C., *Evolution's End* (San Francisco: Harper Collins Publishers, 1992).
- Peck, M. Scott, *People of the Lie: Hope for Healing Human Evil* (London: Arrow Books, 1990).
- Peck, M. Scott, *Denial of the Soul: Spiritual and Medical Perspective on Euthanasia and Mortality* (Hemel Hempstead, UK: Simon & Schuster, 1997).
- Pinel, J.P., *Biopsychology* (Boston: Allyn & Bacon, 1993).

- Popper, Karl and Eccles, John, *The Self and Its Brain* (London: Routledge Publishers, 1990).
- Qutb, Sayyid, *Fī Zilāl al-Qur'ān*, vol. 5 (Beirut: Dār al-Shurūq, n.d.).
- Qutb, Sayyid, *In the Shade of the Qur'ān*, vol. 30 (London: MWH Publishers, 1979).
- Al-Suyūṭī, Jalāl al-Dīn, *Al-Jāmi' al-Saghūr fī Ahādīth al-Bashīr al-Nathīr*, vol. 1 and 2 (Beirut: Dār al-Fikr, 1981).
- Al-Tijānī, Yusuf Bashīr, *Dīwān Ishrāqah* (Beirut: Dār al-Thaqāfah, 1972).
- E.M. Thornton, *Freud and Cocaine: The Freudian Fallacy* (London: Blond & Briggs, 1983).
- Uttal, W., *The Psychology of the Mind* (London: John Wiley Publishers, 1978).
- Walle, Ronald S. and von Eckartsberg, Rolf, *Metaphors of Consciousness* (New York: Plenum Press, 1981; London: Plenum Publishing, 1994).
- Watson, J.B., *Behaviourism* (London: W.Norton & Co., 1970).
- Watt, Montgomery, *The Influence of Islam on Medieval Europe* (Edinburgh: Edinburgh University Press, 1987).
- Wolf, S., "Effects of Suggestion and Conditioning on the Action of Chemical Agents on Human Subjects: the Pharmacology of Placebos", *Journal of Clinical Investigation* 29 (1950).
- Al-Zamakhsharī, *Tafsīr al-Kashshāf* (Cairo: Al-Maktabah al-Tijāriyyah, 1354. AH).
- Al-Zubaydī, Imām Zayn al-Dīn Ahmad ibn 'Abd al-Latīf, Mukhtass Sahīh al-Bukhārī, vol. 1 (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1993).





## IZ SADRŽAJA KNJIGE

*Kontemplacija kao islamska forma bogoslužja (ibadeta) može se prvo posmatrati unutar sfere recentnog interesovanja zapadne psihologije za meditativne postupke i njihovu sposobnost mijenjanja stanja svijesti. Premda islamska kontemplacija u sebi sadržava opuštajuće koristi meditacije, kao što ćemo vidjeti kasnije, ona se, međutim, razlikuje od drugih formi meditativnih postupaka koji su derivirani iz istočnih religija, jer je njen glavni cilj više kognitivan i intelektualan. U islamskoj kontemplaciji izmijenjena stanja svijesti nisu svrha po sebi, nego je cilj dublje, uviđavno znanje o Bogu kao Stvoritelju i Obdržavatelju svemira.*

\* \* \*

*Oni vjernici koji su zauzeti dubokom islamskom kontemplacijom opažaju stvari koje kontempliraju u uslovima svog prethodnog iskustva, kao i posredstvom simbola i izraza koje su stekli iz svoje upotrebe jezika i svoga uobražavanja onoga što su navikli biti i onoga što bi mogli postati u budućnosti. Oni, zatim, oživljavaju čitavu kombinaciju različitih misli i vizija, popraćenu bojažljivom ljubavlju prema Svemoćnom. Premda islamska kontemplacija može biti smatrana mješavinom misli, spoznaje, imaginacije, osjećanja, emocija i, iznad svega, duhovnosti, njen rezultat je, prema tome, u potpunosti novo iskustvo, različito od elemenata od kojih je sastavljena.*



**Malik Badri (r. 1932)** bio je profesor psihologije na Američkom univerzitetu u Bejrutu, Jordanskom univerzitetu, Međunarodnom islamskom univerzitetu u Kuala Lumpuru te na nekoliko drugih univerziteta u svijetu. Bio je i voditelj odsjeka za psihologiju kao i dekan nekoliko fakulteta. Angažiran je u svojstvu eksperta iz oblasti psihologije pri UNESCO-u i Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji. Član je različitih naučnih i stručnih međunarodnih organizacija i udruženja koja se bave psihologijom. Osnivač je Fakulteta za edukaciju na Međunarodnom afričkom univerzitetu u Kartumu. Radio je i kao klinički psiholog a trenutno je angažiran kao profesor emeritus na Istanbul Zaim Univerzitetu. Objavio je, između ostalih, sljedeće knjige: *Islam and Alcoholism* (Washington, American Trust Publications, 1976), *The Dilemma of Muslim Psychologists* (London, M.W.H. Publishers, 1978), *Use and Abuse of Human Sciences in Muslim Countries* (Kuala Lumpur, International Islamic University Press, 1992), *The AIDS Crisis: An Islamic Socio-Cultural Perspective* (Herndon, IIIT, 1997) – prev. na bosanski: *AIDS / Sida i kriza modernog svijeta u svjetlu islama* (Sarajevo, El-Kalem, 2002), *Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study* (Herndon, IIIT, 2001).